

Tiia Parttimaa

KIINTYMYSSUHTEEN YHTEYS TOIMINNANOHJAUKSEEN NUORUUDESSA

Sukupuolen merkitys

TIIVISTELMÄ

Tiia Parttimaa: Kiintymyssuhteen yhteys toiminnanohjaukseen nuoruudessa: Sukupuolen merkitys
Pro gradu -tutkielma
Tampereen yliopisto
Psykologia
Lokakuu 2019

Toiminnanohjauksen sujuvuuden on todettu olevan yksi keskeisistä asioista nuorten hyvinvoinnin ja terveyden kannalta. Sen on todettu olevan yhteydessä esimerkiksi parempaan koulumenestykseen ja parempaan koettuun hyvinvointiin. Toiminnanohjauksen kannalta keskeisten aivoalueiden, eli etuotsalohkojen pitkään jatkuva kypsyminen jättää merkittävän roolin kokemuksille ja kasvuympäristölle etuotsalohkojen kehityksen ja edelleen niihin liittyvien taitojen muokkaajana. Vanhemman ja lapsen välistä suhdetta on yleisesti pidetty varhaisen kasvuympäristön merkittävimpänä ja kestävimpänä yksilön kehitykseen vaikuttavana tekijänä. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää kiintymyssuhteen laadun yhteyttä toiminnanohjaukseen nuoruusiässä. Kiintymyssuhdetta äitiin ja isään tarkasteltiin erikseen ja lisäksi selvitettiin, vaikuttaako nuoren sukupuoli kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen väliseen yhteyteen.

Tutkimukseen osallistui yhteensä 439 nuorta, jotka olivat iältään 17–18-vuotiaita. Tutkimuksen aineisto on kerätty osana Tampereen yliopiston monitieteellistä Kehityksen Ihmeet (KEHI) pitkittäistutkimusprojektia, jossa perheitä on seurattu raskausajalta lapsen nuoruusikään saakka. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin vain nuoruusiässä kerättyä aineistoa. Tutkimukseen osallistuneet nuoret vastasivat itsearviointiin perustuviin kyselylomakkeisiin. Niillä kartoitettiin nuoren kiintymyssuhdetta äitiin ja isään (ECR-RS) sekä nuoren toiminnanohjausta eli korkeamman tason ohjaavia ja sääteleviä kognitiivisia toimintoja, kuten tarkkaavuutta, itsehillintää ja kykyä suunnitella (AEFI –kyselyyn pohjautuva kysely).

Tulokset osoittivat, että ahdistunut kiintymyssuhde äitiin ja välttelevä kiintymyssuhde isään olivat yhteydessä nuoren heikompaan toiminnanohjaukseen. Sen sijaan välttelevä kiintymyssuhde äitiin tai ahdistunut kiintymyssuhde isään eivät olleet yhteydessä nuoren toiminnanohjaukseen. Lisäksi tulokset osoittivat, että nuoren sukupuoli ei vaikuttanut kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen väliseen yhteyteen.

Tutkimus tarjoaa uutta tietoa äitiin ja isään kohdistuvan kiintymyssuhteen yhteyksistä nuoren toiminnanohjaukseen. Tutkimuksen tulokset tukevat käsitystä siitä, että äideillä ja iseillä on oma yksilöllinen vaikutuksensa nuoren kehitykseen. Tämän tutkimusten tulokset yhdessä aiemman kirjallisuuden kanssa osoittavat, että nuoren toiminnanohjausta tukevia interventioita suunnitellessa kiintymyssuhteisiin ja niihin liittyviin mielensisäisiin työskentelymalleihin liittyvä tieto olisi hyödyllistä ottaa huomioon.

Avainsanat: toiminnanohjaus, kiintymyssuhde, kiintymyssuhteen laatu, välttelevä kiintymyssuhde, ahdistunut kiintymyssuhde, nuoruusikä

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

SISÄLTÖ

1. JOHDANTO	1
1.1. Kiintymyssuhdeteoria	2
1.1.1. Varhaislapsuuden kiintymyssuhteet ja mielensisäiset työskentelymallit.....	3
1.1.2. Lapsen kiintymyssuhde äitiin ja isään	5
1.1.3. Kiintymyssuhteet nuoruusiässä.....	6
1.1.4. Nuoruusiän välttelevä ja ahdistunut kiintymyssuhde sekä niihin liittyvät toimintastrategiat.....	8
1.2. Toiminnanohjaus.....	10
1.2.1. Toiminnanohjaus nuoruusiässä	11
1.3. Kiintymyssuhteen vaikutus toiminnanohjaukseen.....	12
1.4. Tutkimusasetelma ja tutkimuskysymykset	15
2. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	16
2.1. Osallistujat ja aineiston keruu	16
2.2. Mittarit ja muuttujat	17
2.3. Aineiston analysointi.....	19
3. TULOKSET.....	21
3.1. Kuvailevat tulokset	21
3.2. Kiintymyssuhteen laadun yhteys toiminnanohjaukseen nuoruusiässä.....	24
3.3. Nuoren sukupuolen vaikutus kiintymyssuhteen laadun ja toiminnanohjauksen väliseen yhteyteen	25
4. POHDINTA	26
4.1. Tutkimuksen päätulokset	27
4.2. Tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset	30
4.3. Käytännön sovellukset ja jatkotutkimuksen tarve	32
LÄHTEET	34

1. JOHDANTO

Toiminnanohjauksen sujuvuuden on todettu olevan yksi keskeisistä asioista nuorten terveyden ja hyvinvoinnin kannalta (Biederman ym., 2004). Toiminnanohjauksella tarkoitetaan korkeamman tason ohjaavia ja sääteleviä kognitiivisia toimintoja, kuten tarkkaavaisuutta, itsehillintää ja kykyä suunnitella, joiden avulla kaikki tavoitteellinen toiminta mahdollistuu (Alvarez & Emory, 2006). Nuoruusiässä akateemiset vaatimukset lisääntyvät ja sosiaaliset suhteet muuttuvat vanhemmista itsenäistymisen ja ensimmäisten seurustelusuhteiden myötä monimutkaisemmiksi. Useat samanaikaiset muutokset lisäävät nuoruusiässä toiminnanohjaukseen ja sääätelytoimintoihin liittyviä vaatimuksia. Sujuvan toiminnanohjauksen on todettu olevan yhteydessä esimerkiksi tasapainoisempiin sosiaalisiin suhteisiin ja sosiaalisiin taitoihin, parempaan koulumenestykseen sekä parempaan koettuun hyvinvointiin (Best, Miller, & Naglieri, 2011; Zorza, Marino, & Acosta Mesas, 2019). Toiminnanohjauksen vaikeuksien taas ajatellaan olevan yksi keskeisistä asioista selittämässä esimerkiksi psykiatristen häiriöiden syntyä (Zalla ym., 2004). Koska toiminnanohjauksen sujuvuudella on niin merkittävä rooli nuoren terveyden ja hyvinvoinnin kannalta, on tärkeää pyrkiä selvittämään niitä tekijöitä, jotka edesauttavat sen optimaalista kehitystä.

Lapsen muodostamaa voimakasta tunnesidettä häntä hoivaavaan aikuiseen kutsutaan kiintymyssuhteeksi (Bowlby, 1969). Vanhemman ja lapsen välistä suhdetta on yleisesti pidetty varhaisen kasvuympäristön merkittävimpänä ja kestävimpänä yksilön kehitykseen vaikuttavana tekijänä. Toiminnanohjauksen kannalta keskeisten aivoalueiden, eli etuotsalohkojen pitkään jatkuva kypsyminen jättää merkittävän roolin kokemuksille ja kasvuympäristölle etuotsalohkojen kehityksen ja edelleen niihin liittyvien taitojen muokkaajana (Kolb ym., 2012). Aiemmat tutkimustulokset ovatkin antaneet viitteitä siitä, että kiintymyssuhteen laadulla on merkittävä rooli toiminnanohjauksen kehityksen kannalta (Bernier, Beauchamp, Carlson, & Lalonde, 2015; Gambin, Wozniak-Prus, & Sharp, 2018). Kiintymyssuhteen ja kognitiivisen taitojen, kuten toiminnanohjauksen välisen yhteyden tarkastelu on kuitenkin jäänyt vähemmälle, ja tutkimus on keskittynyt enemmän kiintymyssuhteen ja tunne-elämän väliseen yhteyteen (O'Connor & McCartney, 2007).

On ajateltu, että äideillä ja iseillä saattaisi olla erilliset ja toisiaan täydentävät kiintymysroolit sekä oma yksilöllinen vaikutus nuoren kehitykseen (Cabrera, Fagan, Wight, & Schadler, 2011; (Keizer, Helmerhorst, & van Rijn-van Gelderen, 2019). Toisaalta myös nuoren sukupuolen on todettu vaikuttavan siihen, millaiseksi kiintymyssuhde vanhempiin muodostuu ja millainen vaikutus sillä on nuoren kehitykseen (Gambin ym., 2018; Stafford, Kuh, Gale, Mishra, & Richards 2016). Vain

yhdessä tutkimuksessa kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välistä yhteyttä on tutkittu siten, että sekä vanhemman että nuoren sukupuoli on otettu huomioon. Nuoruusiän on ajateltu olevan sellainen ajanjakso, jolloin aiempien kokemusten ja kasvuympäristön vaikutukset saattavat ilmetä toiminnanohjauksessa (Mothes ym., 2015; Lee & Hoaken, 2007). Toiminnanohjaukseen kohdistunut tutkimus on tähän mennessä kuitenkin keskittynyt pitkälti esikouluikäisiin lapsiin (Bernier ym., 2015).

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella kiintymyssuhteen yhteyttä toiminnanohjaukseen nuoruusiässä siten, että äidin ja isän vaikutus otetaan erikseen huomioon. Lisäksi tarkastellaan, onko kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välinen yhteys erilainen nuorilla tytöillä kuin pojilla. Kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välisen yhteyden tutkiminen ja tarkentaminen mahdollistaa tehokkaiden ja toimivien interventioiden suunnittelun ja kohdistamisen, jolloin niillä pystytään parhaalla mahdollisella tavalla tukemaan nuorten kehitystä ja hyvinvointia.

1.1. Kiintymyssuhdeteoria

Kiintymyssuhdeteoria (Bowlby, 1969) pyrkii selittämään, miten ihmiset muodostavat ja ylläpitävät voimakkaita tunnesiteitä läheisiin ihmisiin, miten ne muokkautuvat elämänkaaren aikana ja miten ne vaikuttavat yksilön kehitykseen. Lapsella on biologinen hengissä selviytymiseen pohjautuva tarve muodostaa tunneside häntä hoivaavaan aikuiseen (Sinkkonen, 2004). Tätä voimakasta tunnesidettä kutsutaan kiintymyssuhteeksi. Kiintymysjärjestelmän (*attachment system*) toiminnan taustalla on lapsen tarve turvantunteeseen ja läheisyyteen, ja sen aktivoituminen tapahtuu lapsen kohdatessa esimerkiksi jollakin tavalla uhkaavia tai uusia ja hämmentäviä tilanteita (Brisch, 2011). Lapsen käyttäytymistä ohjaa kiintymysjärjestelmän lisäksi myös toinen keskeinen behavioraalinen järjestelmä; tutkimusjärjestelmä (*exploratory system*) (Bowlby, 1969). Kun kiintymysjärjestelmän taustalla on lapsen tarve saada turvaa ja läheisyyttä vanhemmalta, tutkimusjärjestelmän taustalla on lapsen tarve tutkia ympäristöä ja oppia uutta (Brisch, 2011). Lapsen elämän voidaan ajatella olevan tasapainottelua näiden kahden tarpeen välillä.

Hoivaavan aikuisen ja lapsen välille muodostuu lähestulkoon aina jonkinlainen kiintymyssuhde, ja se jää kokonaan muodostumatta vain hyvin poikkeavissa olosuhteissa (Sinkkonen, 2004). Kiintymyssuhde voi kuitenkin vaihdella laadultaan. Keskeistä kiintymyssuhteen laadun kannalta on se, miten hoivaajalla on tapana reagoida lapsen ilmaisemaan hätään ja millaisia kokemuksia lapselle kertyy vuorovaikutustilanteista (Brisch, 2011). Varhaislapsuuden kiintymyssuhteissa lapsi saa

ensimmäiset kokemuksensa intiimeistä ihmissuhteista ja hoivakokemukset luovat pohjan lapsen käsityksille omasta itsestään ja siitä, kuinka hyväksyttävä ja arvokas hän on muiden silmissä (Bartholomew & Horowitz, 1991). Lisäksi kokemukset hoivaajan saatavilla olost ja turvallisuudesta vaikuttavat siihen, millainen käsitys lapselle rakentuu muiden ihmisten hyvyydestä ja luotettavuudesta. Bowlby (1969) kutsui tällaisia lapsen muodostamia käsityksiä itsestään ja muista *mielensisäisiksi työskentelymalleiksi* ja niiden voidaan ajatella olevan kiintymyssuhteen laadun ydin.

Vanhempiin muodostetulla kiintymyssuhteella on todettu olevan tärkeitä yksilön optimaalista kehitystä tukevia funktioita vielä lapsuuden jälkeenkin aina nuoruudesta aikuisikään asti. Kiintymyssuhdetutkimus on kuitenkin painottunut pitkälti lapsuuteen, ja nuoruusiässä siitä tiedetään vielä suhteellisen vähän (Allen, Porter, McFarland, McElhaney, & Marsh, 2007). Jotta nuoruusiän kiintymyssuhteita voidaan ymmärtää paremmin, on hyvä perehtyä ensin varhaislapsuuden erilaisiin kiintymyssuhteisiin.

1.1.1. Varhaislapsuuden kiintymyssuhteet ja mielensisäiset työskentelymallit

Varhaislapsuudessa kertyneiden vuorovaikutuskokemusten myötä muodostuneilla mielensisäisillä työskentelymalleilla on taipumus ohjata tulevaa ajattelua, tunteita ja toimintaa (Bowlby, 1969). Lapselle muodostuu käsityksiä itsestään, muista ihmisistä ja siitä, millainen käyttäytyminen johtaa varmimmin toivottuun lopputulokseen. Näiden käsitysten myötä taipumus pysytellä toimiviksi havaituissa käyttäytymismalleissa lisääntyy (Sinkkonen, 2001). Erilaisia käyttäytymismalleja voidaan pitää lapsen adaptiivisina eli selviytymistä ja hyvinvointia tukevin keinoina reagoida hoitoympäristöön. Pienen lapsen ensisijainen keino turvallisuuden tunteen lisäämiseen on vanhemman läheisyyden ja tuen hakeminen (Mikulincer, Shaver, & Pereg, 2003). Ellei se onnistu, lapselle voi muodostua kompensoivia käyttäytymismalleja, joiden avulla läheisyys hoivaajaan pyritään varmistamaan. Nämä käyttäytymismallit heijastavat erilaisia kiintymystyyppejä, joiden taustalla on eri tavalla jäsentyneet mielensisäiset työskentelymallit. Kiintymyssuhteiden alkuperäinen kategorinen luokittelu perustuu Ainsworthin ja hänen työryhmänsä tutkimustyöhön (1978) ja havaintoon siitä, että lapsen tapa toimia uudessa pelottavassa tilanteessa on yhteydessä hänen varhaisiin kokemuksiinsa hoivaajan kanssa. He löysivät kolme erilaista kiintymystyyppiä, joista yksi on luokiteltu turvalliseksi ja kaksi turvattomiksi.

Turvallinen kiintymyssuhde muodostuu, kun vanhempi vastaa lapsen viesteihin nopeasti, johdonmukaisesti ja riittävän oikein lapsen tarpeiden ja aikomusten kannalta (Ainsworth ym., 1978).

Tällaista vanhemman toimintaa kuvataan *sensitiivisyyden* käsitteellä. Sensitiivisellä vanhemmalla on kyky käyttää lapsen käyttäytymisestä tulevia viestejä tämän mielentilan tulkitsemiseen (Pajulo, 2004). Tämä mahdollistaa lapsen tarpeisiin vastaamisen siten, että hän saa kokemuksen turvasta ja ymmärretyksi tulemisesta. Stressaavissa tilanteissa tai voimakkaita tunteita kokiessaan turvallisesti kiintynyt lapsi pystyy aiempien kokemustensa perusteella luottamaan vanhempansa tukeen ja saatavilla oloon (Bowlby, 1969). Lapsi uskaltaa ilmaista tunteensa avoimesti, sillä siitä on aiemminkin seurannut huojennusta vanhemman myötätuntoisen lähestymisen ja ulkoisen säätelyavun myötä (Sinkkonen, 2004). Lapselle on muodostunut käsitys stressin avoimesta ilmaisemisesta ja tuen hakemisesta toimivana käyttäytymismallina. Turvallisesti kiintyneet lapset pystyvät pitämään vanhempansa mielessään ja turvasatamana silloinkin, kun hän ei ole lapsen välittömässä läheisyydessä (Brisch, 2011). He tutkivatkin ympäristöään rohkeasti ja kiinnostuneesti, sillä resursseja ei kulu liikaa hoivaajan huomion saamiseen ja kiintymistarpeiden täyttämiseen. Turvalliselle kiintymyssuhteelle tyypillistä onkin, että kiintymysjärjestelmän ja tutkimusjärjestelmän toiminta ovat tasapainossa.

Välittelevä kiintymyssuhde muodostuu, kun vanhempi ei ole herkkä lapsen tarpeille ja vastaa tämän ilmaisemaan hätään toistuvasti vähätellen tai jopa torjuen (Ainsworth ym., 1978). Tällaisessa tilanteessa lapsi ei pysty luottamaan vanhempansa saatavilla oloon hädän hetkellä ja oppii käyttäytymään sen mukaisesti. Välittelevästi kiintyneet lapset ovat kokeneet jääneensä yksin tunteidensa kanssa, jolloin heille muodostuu käsitys tunneilmaisujen tukahduttamisesta toimivana käyttäytymismallina (Sinkkonen, 2004). Tunteita tukahduttamalla ja fyysistä läheisyyttä välttelemällä lapsi pyrkii suojautumaan torjutuksi tulemiselta ja uusilta kiintymistarpeisiin liittyviltä pettymyksiltä (Ainsworth ym., 1978). Välittelevästi kiintynyt lapsi ei siis hae stressaavissa tilanteissa apua vanhemmaltaan. Näin ollen lapsi saattaa olla pitkiäkin aikoja kielteisten tunnetilojen vallassa, kun hänellä itsellään ei ole vielä kykyä rauhoittaa itseään.

Ristiriitainen kiintymyssuhde muodostuu, kun vanhempi vastaa lapsen viesteihin toistuvasti epäjohtonmukaisesti ja jopa impulsiivisesti (Brisch, 2011). Ristiriitaisesti kiintynyt lapsi on oppinut, että paras tapa saada huomiota hoivaajalta on voimakas tunteiden ilmaisu ja jopa ripustautuva käyttäytyminen (Sinkkonen, 2004). Lapsi tekee paljon työtä ja kuluttaa resursseja vanhemman läheisyyden ja huomion ylläpitämiseksi. Hoivaajan läheisyys herättää lapsessa ristiriitaisia tunteita ja reaktioita. Lapsi voi takertua hoivaajaan, mutta seuraavassa hetkessä työntää hänet torjuen pois läheltään ja kieltäytyä lohdutukselta (Silvén & Kouvo, 2010). Ristiriitaisesti kiintynyt lapsi ei myöskään tutki ympäristöään, sillä resurssit kuluvat hoivaajan huomion saamiseen ja fyysisen läheisyyden ylläpitämiseen. Ristiriitaisesti kiintyneet lapset pyrkivät tyydyttämään

kiintymistarpeitaan ympäristön tutkimisen kustannuksella. Lisäksi uudet tilanteet herättävät ristiriitaisesti kiintyneissä lapsissa epävarmuuden tunnetta, jota hoivaajan läsnäolo ei täysin poista.

Varhaislapsuuden kiintymyssuhteet niihin liittyvät työskentelymallit luovat pohjan myöhemmille kiintymyssuhteille. Tutkimustulokset ovatkin osoittaneet, että kiintymyssuhteet ovat suhteellisen pysyviä ja nuoruusiän sekä aikuisuuden kiintymyssuhteet ovat usein yhdenmukaisia varhaislapsuuden kiintymyssuhteiden kanssa (Grossmann, Grossmann, Kindler, & Zimmermann, 2008). Useat tutkimustulokset ovat vahvistaneet käsitystä siitä, että kiintymyssuhteen laadulla on kauaskantoisia vaikutuksia yksilön optimaalisen kehityksen ja mielenterveyden kannalta.

1.1.2. Lapsen kiintymyssuhde äitiin ja isään

Bowlby kutsuu lapsen ensisijaiseksi hoitajaksi sitä henkilöä, johon lapsi ensimmäisenä muodostaa kiintymyssuhteen (Silvén & Kouvo, 2010). Useimmiten se on lapsen äiti, ja tästä syystä kiintymyssuhdetutkimuksen pääpaino onkin ollut äiti-lapsi -suhteessa. Tähän on vaikuttanut myös pitkään lapsen kasvatuksessa näkyneet perinteiset sukupuoliroolit, jossa äiti on nähty lapsen ensisijaisena hoitajana ja tarpeista vastaajana, kun taas isä on nähty perheen elättäjänä. Tutkimukset ovat osoittaneet, että lapsi voi muodostaa useampia kiintymyssuhteita, jotka ovat toisistaan poikkeavia (Silvén & Kouvo, 2010). Lapsen vuorovaikutus kahden eri hoivaavan aikuisen kanssa voi olla hyvinkin erilaista, ja kiintymyssuhde syntyy näiden erityisten kokemusten myötä, joita lapsen ja hoivaavan aikuisen välillä on. Lapsen kiintymyssuhteen on todettu olevan ennemminkin suhdespesifi, kuin jokaiselle lapselle tyypillinen (Sinkkonen & Kalland, 2001).

Turvan sekä läheisyyden tarve ja ympäristön tutkiminen edustavat kiintymyssuhteen eri käänköpuolia (Keizer, Helmerhorst, & van Rijn-van Gelderen, 2019). On ajateltu, että äideillä ja isillä saattaisi olla erilliset ja toisiaan täydentävät kiintymysroolit. Isien ja lasten välisessä vuorovaikutuksessa onkin havaittu olevan erilaisia piirteitä, kuin äitien ja lasten välisessä vuorovaikutuksessa. Möller, Nikolić, Majdandžić, ja Bögels (2016) raportoivat meta-analyysissään, että äidit viettävät useimmissa kulttuureissa ylipäättään enemmän aikaa lastensa kanssa kuin isät. Äitien on todettu olevan sensitiivisempiä, supportiivisempiä ja lämpimämpiä suhteessa lapseen. Äidit ottavat omassa vanhemmuudessaan yleensä myös isejä huolehtivaisemman ja hoivaavamman roolin. Isät sen sijaan kannustavat useammin lapsiaan olemaan itsenäisiä ja kilpailuhenkisiä ja viettävät äitejä enemmän lapsen kanssa aikaa fyysisesti stimuloivissa leikkitilanteissa (Möller ym., 2016). Tällainen vuorovaikutus voi haastaa lasta sopivassa määrin sekä fyysisesti että emotionaalisesti ja tukea tätä

kautta lapsen itsesäätelyn kehitystä (Möller ym., 2016). Isien on todettu myös rohkaisevan lapsiaan useammin pienten riskien ottamiseen ja uusiin sosiaalisiin tilanteisiin menemiseen (Paquette & Bigras, 2010). Onkin ajateltu, että äidit toimivat useammin lapsen turvan lähteenä ja turvasatamana, kun taas isät toimivat enemmän lapsen tutkimusjärjestelmää aktivoivana vanhempana ja ulkomaailmaan suuntaajana (Keizer ym., 2019).

Koska äitien ja isien on todettu toteuttavan keskenään erilaisia vanhemmuuskäytäntöjä ja olevan eri tavalla vuorovaikutuksessa lastensa kanssa, voidaan ajatella, että kummallakin vanhemmalla on myös yksilöllinen vaikutus lapsensa kehitykseen (Cabrera, Fagan, Wight, & Schadler, 2011). Tutkimustulokset ovat antaneet viitteitä siitä, että äideillä saattaisi olla isejä merkittävämpi rooli lapsen optimaalisen tunne-elämän kehityksen kannalta (Klimes-Dougan ym., 2007). Sen sijaan tutkimustulokset ovat osoittaneet, että positiivisella ja aktivoivalla vuorovaikutuksella isän kanssa saattaisi olla erityinen merkitys lapsen ongelmanratkaisukykyjen ja sosiaalisten taitojen kehittymisen kannalta (Paquette & Dumont, 2013).

Tutkimustulokset ovat antaneet viitteitä myös siitä, että äitien ja isien kohdalla erilaiset asiat vaikuttaisivat olevan yhteydessä turvallisen kiintymyssuhteen muodostumiseen. Lapsen turvallista kiintymyssuhdetta äitiin vaikuttaisi parhaiten ennustavan äidin sensitiivisyys ja responsiivisuus hoivatilanteissa (Anderson, Roggman, Innocenti, & Cook, 2013). Isien kohdalla merkittävämpää kiintymyssuhteen turvallisuuden kannalta näyttäisi olevan ennemminkin isän sensitiivisyys ja responsiivisuus leikin aikana. Lisäksi turvallista kiintymyssuhdetta isään ennustavat myös isän matala stressitaso, parisuhdetyytyväisyys sekä työssä ja kotona saatu sosiaalisen tuen määrä (Horn, 2000). Perhe onkin monimutkainen kokonaisuus, jossa kaikki perheenjäsenet vaikuttavat toistensa toimintaan ja vuorovaikutussuhteet sekä niiden vaikutukset lapsen kehitykseen ovat enemmän kuin osiensa summa (Belsky & Fearon, 2004). Jotta kiintymyssuhteen vaikutuksesta yksilön kehityksen eri osa-alueisiin saataisiin mahdollisimman tarkka käsitys, on hyvä tarkastella sekä äidin ja isän vaikutusta erikseen.

1.1.3. Kiintymyssuhteet nuoruusiässä

Nuoruusikä on siirtymävaihe lapsuudesta aikuisuuteen ja sitä värittää useat muutokset, joita tapahtuu samanaikaisesti monilla elämän osa-alueilla. Kehitystä vievät eteenpäin sosiaalisiin suhteisiin, fyysiseen kasvuun ja ajattelun kehitykseen liittyvät tekijät (Nurmi ym., 2014). Nuoruuden voidaan sanoa olevan myös kiintymyssuhteiden kannalta suurten muutosten aikaa (Kobak, Cole, Ferenz-

Gillies, & Fleming, 1993). Nuoruudessa suhde vanhempiin muuttaa luonnettaan useiden asioiden seurauksena.

Varhaisnuoruuden tärkeä kehitystehtävä on autonomian eli itsenäisyyden saavuttaminen vanhemmista (Lieberman, Doyle, & Markiewicz, 1999). Nuoret hakevat uusia kokemuksia ja muodostavat uusia sosiaalisia suhteita, joiden kautta omaa identiteettiä ja arvomaailmaa lähdetään rakentamaan. Nuoruudessakin kiintymyshahmon voidaan ajatella toimivan turvasatamana, johon voidaan palata turvaa ja neuvoja hakemaan uusissa stressaavissa tilanteissa. Nuoruusiässä vanhemmuuden erityinen haaste onkin nuoren itsenäistymisen tukeminen ja samanaikaisesti kuitenkin läheisenä pysyminen. Nuoren itsenäistyminen tapahtuu kiintymyssuhdekontekstissa ja vanhemman tuki auttaa nuorta säilyttämään tunteen pysyvyydestä ja turvasta monien hämmentävien muutosten keskellä (Brown & Wright, 2001).

Nuoruusiässä kiintymyssuhteiden pääpaino alkaa hiljalleen siirtyä omista vanhemmista kodin ulkopuolisiin suhteisiin, kuten ikätovereihin muodostettuihin kaverisuhteisiin ja seurustelusuhteisiin. Nuoruusiässä stressaaviin tilanteisiin, ja erityisesti sosiaalisiin suhteisiin liittyviin asioihin saatetaankin lisääntyvässä määrin hakea emotionaalista tukea vertaissuhteista. Kodin ulkopuoliset suhteet voivat tarjota nuoruusiässä kiintymykseen liittyviin tarpeisiin tyydytystä yhtä lailla kuin suhde vanhempiin (Freeman & Brown, 2001). Huolimatta siitä, että nuoret viettävät enenevässä määrin aikaa ikätovereidensa kanssa, suhteen vanhempiin on todettu pysyvän nuoruusiässäkin tärkeänä hyvinvointiin vaikuttavana tekijänä. On esimerkiksi saatu tutkimustulos, jonka mukaan suhde ikätovereihin ei ollut yhteydessä nuoren itsetunnon kanssa, kun taas kiintymyssuhteella äitiin ja isään havaittiin olevan suuri merkitys siihen, mitä nuori ajattelee itsestään ja miten hän arvioi omaa toimintaansa (Keizer ym., 2019).

Myös nuoruusiässä vuorovaikutuksen äidin ja isän kanssa on todettu olevan erilaista, ja kummallakin vanhemmalla on todettu olevan erilaisia vaikutuksia nuoren kehitykseen ja hyvinvointiin. Nuorten on todettu viettävän enemmän aikaa suorassa vuorovaikutuksessa äitien kuin isien kanssa ja olevan myös läheisempiä äitien kanssa. Nuoret puhuvat äitiensä kanssa enemmän tunteisiin liittyvistä asioista (Möller ym., 2016), kun taas vähemmän henkilökohtaisista asioista, kuten koulunkäynnistä ja tulevaisuuden suunnitelmista puhutaan yhtä paljon kummankin vanhemman kanssa (Steinberg & Silk, 2002). Eroja äidin ja isän välillä on havaittu olevan myös siinä, millaista tukea he tarjoavat nuorille. Äitien on todettu tarjoavan enemmän emotionaalista tukea, kun isät sen sijaan tarjoavat informatiivista ja aineellista tukea (Steinberg & Silk, 2002).

Nuoruusikää koskevat tutkimustulokset ovat tukeneet käsitystä siitä, että äidit ja isät saattaisivat vastata kiintymyssuhteen eri kääntöpuolien tarpeisiin. Nuorten näkökulmasta äidit nähdään hyväksyvinä ja lohduttavina kun taas isät nähdään ennemminkin itsenäisyyteen ja omatoimisuuteen

rohkaisevina ja uusiin tilanteisiin kannustavina (McCormick & Kennedy, 1994). Koska yksi nuoruusiän tärkeimmistä kehitystehtävistä on juuri itsenäisyyden saavuttaminen, on ajateltu, että isän rooli kehityksen ja hyvinvoinnin kannalta saattaisi nousta erityisen tärkeään asemaan nuoruusiässä. Tätä ajatusta tukee esimerkiksi Verhoevenin, Bögelsin ja van der Bruggenin (2012) tutkimuksen tulos, jonka mukaan äidin ylikontrolloivuus ennusti lapsen ahdistuneisuutta ala-asteikäisenä, kun taas nuoruusiässä isän ylikontrolloivuus nousi keskeisempään asemaan nuoren ahdistuneisuuden selittäjänä. Myös Stafford, Kuh, Gale, Mishra, ja Richards (2016) saivat tutkimuksessaan tuloksen, jonka mukaan isän tuki oli voimakkaammin yhteydessä nuoren hyvinvointiin kuin äidin hoiva.

Tutkimustulokset ovat antaneet viitteitä myös siitä, että nuoren sukupuolella on merkitystä siihen, millaiseksi nuoruusiän kiintymyssuhde vanhempaan muodostuu. Tyttöjen on todettu olevan motivoituneempia säilyttämään yhteenkuuluvuuden tunne vanhempiinsa nuoruusiässä. Tyttöjen onkin todettu pysyvän läheisimmissä väleissä vanhempiensa kanssa ja olevan heistä emotionaalisesti riippuvaisempia kuin nuorten poikien (Gambin ym., 2018). Pojille läheisiä välejä tärkeämpää nuoruusiässä vaikuttaisi olevan itsenäisyyden saavuttaminen (Kobak ym., 1993).

1.1.4. Nuoruusiän välttelevä ja ahdistunut kiintymyssuhde sekä niihin liittyvät toimintastrategiat

Nuoren kognitiivinen kapasiteetti kasvaa nopeasti. Kyky abstraktiin ajatteluun kehittyy ja sen myötä aiempien kokemusten kriittinen arviointi ja läpikäynti mahdollistuvat (Allen & Tan, 2016). Tämä mahdollistaa sen, että nuoruusiässä kiintymyssuhteita pystytään arvioimaan luotettavasti erilaisten itsearviointimenetelmien avulla. Ajattelun kehityksen myötä varhaiseen vuorovaikutukseen liittyvät kokemukset ja niiden pohjalta muodostetut työskentelymallit myös jäsentyvät ja muuttuvat abstrakteiksi, yleistyneemmiksi omaa itseä ja muita ihmisiä koskeviksi uskomuksiksi ja oletuksiksi (Main, Kaplan, & Cassidy, 1985). Nuoruudessa näiden käsitysten vaikutus tunteisiin, ajatteluun ja käyttäytymiseen muuttuu aiempaa tavanomaisemmaksi ja automaattisemmaksi. Niillä on merkittävä vaikutus siihen, miten nuori ymmärtää ja tulkitsee erilaisia tilanteita, miten hän säätelee niissä syntyviä tunnekokemuksiaan ja ohjaa omaa toimintaansa (Fraley, Heffernan, Vicary & Brumbaugh, 2011). Tutkimustulokset ovat osoittaneet, että nuoruusiässä kiintymyssuhteiden laatua voidaan arvioida kahden toisistaan erillisen ulottuvuuden avulla (Brennan, Clark & Shaver, 1998). Nämä ovat kiintymykseen liittyvä *välttelevyys* ja kiintymykseen liittyvä *ahdistuneisuus*.

Kiintymyssuhteen katsotaan dimensionaalisen näkökulman mukaan olevan *turvallinen* silloin, kun yksilö sijoittuu matalalle sekä kiintymykseen liittyvän välttelevyyden että ahdistuneisuuden ulottuvuudella (Mikulincer ym., 2003). Turvallisen kiintymystyylin omaavalle nuorelle on kehittynyt aiempien kokemusten myötä positiivien kuva itsestään ja muista ihmisistä. Hän on oppinut luottamaan omaan selviytymiseensä hankalissa tilanteissa ja lisäksi tarvittaessa pystyy pyytämään apua ja luottamaan siihen, että myös saa sitä.

Välttelevyyden ulottuvuudella kuvataan sitä, missä määrin yksilö epäilee muiden hyvää tahtoa ja luotettavuutta, ja pyrkii siksi ylläpitämään fyysistä ja emotionaalista etäisyyttä (Mikulincer ym., 2003). Välttelevästi kiintyneet käyttävät deaktivoivia strategioita säätelykeinoina. Niiden avulla he pyrkivät korostamaan omaa pärjäävyyttään ja itsenäisyyttään sen sijaan, että tukeutuisivat stressaavissa tilanteissa muihin (Mikulincer, Dolev, & Shaver, 2004). Välttelevästi kiintyneille onkin tyypillistä, että he kieltävät tarpeensa turvaan ja läheisyyteen. Tällaisella toiminnalla välttelevästi kiintyneet pyrkivät estämään uudet mahdolliset pettymykset, joita kiintymyksen kohteen tavoittamattomuus ja torjutuksi tuleminen voisivat aiheuttaa. Deaktivaatiostrategioiden ensisijaisena tavoitteena onkin estää kiintymyssuhteisiin ja läheisyyteen liittyvien tarpeiden ja huolenaiheiden aktivoituminen (Shaver & Mikulincer, 2002). Tämä tavoite saavutetaan tukahduttamalla erilaiset kiintymykseen ja hylätyksi tai torjutuksi tulemiseen liittyvät ajatukset ja tuskalliset muistot. Välttelevyyden ulottuvuus on yhdistetty varhaislapsuuden välttelevään kiintymyssuhteeseen.

Ahdistuneisuuden ulottuvuudella kuvataan sitä, missä määrin yksilöllä on huoli hylätyksi tulemisesta tai siitä, että kiintymyksen kohde ei ole käytettävissä tarvittaessa (Mikulincer ym., 2003). Ahdistuneesti kiintyneet käyttävät hyperaktivoivia strategioita säätelykeinoina (Shaver & Mikulincer, 2002). Ahdistuneesti kiintyneille henkilöille on tyypillistä, että he vahvistavat tunneilmaisujaan ja takertuvat kiintymyshahmoon tavoitellessaan tyydyttämättömien läheisyyden ja turvan tarpeiden saavuttamista. He kokevat korostunutta pelkoa hylätyksi tulemisesta ja tekevät siksi paljon töitä ja käyttävät resurssejaan kiintymyshahmon läheisyyden saavuttamiseksi (Mikulincer ym., 2003). Ahdistuneesti kiintyneet henkilöt ovat myös korostuneen herkkiä havaitsemaan ympäristöstä kiintymykseen ja hylkäämiseen liittyvää informaatiota. Lisäksi heille on usein muodostunut kokemus itsestään avuttomana ja kykenemättömänä oman toiminnan ja tunnekokemusten säätelijänä (Mikulincer ym., 2003). Ahdistuneisuuden ulottuvuus on yhdistetty lapsuuden ristiriitaiseen kiintymyssuhteeseen.

1.2. Toiminnanohjaus

Toiminnanohjauksella tarkoitetaan yksilön korkeamman tason ohjaavia ja sääteleviä kognitiivisia toimintoja, joiden avulla muut alemman tason kognitiiviset toiminnot sekä tavoitesuuntautunut toiminta mahdollistuvat (Alvarez & Emory, 2006). Toiminnanohjaukseen liittyy sellaiset prosessit, joiden avulla yksilö jäsentää ajatuksiaan ja joiden avulla tavoitteiden saavuttamisen kannalta keskeinen toiminta toteutetaan. Sujuva toiminnanohjaus nousee erityisen keskeiseen asemaan uusissa haastavissa tilanteissa, jotka vaativat joustavaa käyttäytymisen mukauttamista ympäristön vaatimusten mukaiseksi. Toiminnanohjaus mahdollistaa esimerkiksi sen, että pystymme harkitsemaan ennen kuin toimimme, hillitsemään erilaisia yllykkeitä, pitämään tarkkaavaisuutta yllä ja mukauttamaan toimintaamme joustavasti tilanteen vaatimusten mukaisesti (Diamond, 2013). Toiminnanohjauksen voidaan katsoa koostuvan kolmesta ydintoiminnosta, joita ovat *inhibitio kontrolli*, *työmuisti* ja *kognitiivinen joustavuus*. Yhdessä nämä toiminnanohjauksen ydintoiminnot muodostavat kokonaisuuden, ja vaikuttavat toinen toiseensa. Näiden varaan rakentuu edelleen korkeamman tason toiminnanohjaustoiminnot, kuten päättely, ongelmanratkaisu ja suunnittelu.

Inhibitio kontrollilla tarkoitetaan kykyä säädellä tarkkaavaisuutta, käyttäytymistä, ajatuksia tai tunteita siten, että sisäiset tai ulkoiset yllykkeet toimia tietyllä tavalla pystytään sivuuttamaan (Diamond, 2013). Tämä mahdollistaa tarkoituksenmukaisen toiminnan aloittamisen ja jatkamisen. Inhibitio kontrollin avulla pystymme estämään tarkkaavaisuutemme suuntautumisen joihinkin ärsykkeisiin ja sen sijaan suuntaamaan sen aikomusten ja tavoitteiden kannalta oleellisiin ärsykkeisiin. Tätä kutsutaan valikoivaksi tarkkaavaisuudeksi. Inhibitio kontrolliin sisältyy myös itsehillintä, jonka avulla pystymme esimerkiksi saattamaan jonkin tehtävän tai työn valmiiksi, siitä huolimatta, että olisi houkutus keskeyttää ja tehdä jotain mielekkäämpää. Tähän liittyy vahvasti kyky viivästyttää tarpeiden tyydyttämistä, jolla tarkoitetaan kykyä unohtaa välitön mielihyvä, kun odottamalla on mahdollista saavuttaa jokin suurempi tavoite tai palkkio.

Työmuistilla tarkoitetaan muistin osa-aluetta, jonka avulla pystymme pitämään mielessä sen hetkisen tehtävän kannalta keskeistä informaatiota (Diamond, 2013). Työmuisti mahdollistaa sellaisen informaation mielessä pitämisen ja hyödyntämisen, joka ei ole enää havaintopiirissämme. Työmuistin avulla myös tavoitteiden mielessä pitäminen onnistuu. Kun tavoite on mielessä, se ohjaa toimintaa todennäköisemmin myös niiden saavuttamisen kannalta oikeaan suuntaan (Diamond, 2013). Tällöin myös oman toiminnan suunnittelu on helpompaa.

Kognitiivinen joustavuus tarkoittaa kykyä muuttaa ajatuksia ja toimintaa tilanteen vaatimusten ja tavoitteiden saavuttamisen kannalta sopivaksi (Diamond, 2013). Tällä voidaan tarkoittaa esimerkiksi

voimakkaita tunnekokemuksia herättävän sosiaalisen tilanteen näkemistä toisen osapuolen näkökulmasta. Tällöin vireillä olevaa tunnetta on helpompi säädellä ja toimintaa helpompi sopeuttaa tilanteen ratkaisemisen kannalta sopivaksi ja mahdollisimman tehokkaaksi.

Useat tutkimustulokset ovat osoittaneet toiminnanohjauksen olevan keskeisessä asemassa yksilön terveyden ja hyvinvoinnin kannalta. Toiminnanohjauksen vaikeuksien ajatellaan olevan yksi keskeisistä asioista selittämässä psykiatristen häiriöiden syntyä (Zalla ym., 2004). Toiminnanohjauksen vaikeudet ovatkin yleisiä esimerkiksi tarkkaavuushäiriöissä, pakko-oireisissa häiriöissä ja erilaisissa riippuvuuksissa (Diamond, 2005; van Velzen, Vriend, de Wit, & van den Heuvel, 2014). Mielenterveyden lisäksi toiminnanohjauksen sujuvuuden on todettu olevan keskeinen asia myös fyysisen terveyden kannalta. Heikompien toiminnanohjaustaitojen ja erityisesti itsehillinnän vaikeuden on osoitettu olevan yhteydessä esimerkiksi ylensyöntiin sekä ylipainoon ja haitalliseen päihteiden käyttöön (Wills, Walker, Mendoza, & Anette, 2006).

1.2.1. Toiminnanohjaus nuoruusiässä

Siirtymän esikouluun ja edelleen kouluun ajatellaan olevan yksi varhaislapsuuden merkittävimmistä kehityksellisistä virstanpylväistä, jossa toiminnanohjaukseen kohdistuvat vaatimukset lisääntyvät (Bernier ym., 2015). Toiminnanohjaukseen kohdistunut tutkimus onkin keskittynyt pitkälti esikouluikäisiin lapsiin. Nuoruudessa toiminnanohjauksen sujuvuus nousee kuitenkin vähintään yhtä keskeiseen, ellei jopa keskeisempäänkin asemaan yksilön sopeutumisen ja hyvinvoinnin kannalta. Se on aikaa, jolloin uuden oppimisympäristön myötä akateemiset vaatimukset lisääntyvät ja sosiaaliset suhteet muuttuvat monimutkaisemmiksi vanhemmista itsenäistymisen ja ensimmäisten seurustelusuhteiden myötä. Nuoret tulevat entistä tietoisemmiksi itsestään ja omasta kehostaan ja ovat näin ollen herkempiä muiden mielipiteitä ja arvostelua kohtaan (Crone, 2009). Lisäksi puberteetin aikaansaamat hormonaaliset muutokset ja nuoren keskushermoston keskeneräisyys aiheuttavat mielialojen nopeaa ja voimakasta vaihtelua (Sinkkonen, 2010). Nämä useat samanaikaiset muutokset lisäävät nuoruusiässä toiminnanohjaukseen liittyviä vaatimuksia.

Nuoruus on varhaislapsuuden lisäksi aivojen kehityksen kannalta keskeisintä aikaa (Hermanson & Sajaniemi, 2018). Neuropsykologisten kuvantamismenetelmien avulla on pystytty osoittamaan, että etuotsalohkot, jotka ovat keskeisin aivoalue toiminnanohjauksen kannalta, kehittyvät aina varhaisaikuisuuteen asti. Nuoruusiässä etuotsalohkojen alueella valkean aineen on todettu lisääntyvän lineaarisesti. Tämä merkitsee myelinisaatiota, eli myeliinitupen muodostumista hermosolujen

viejähaarakkeiden ympärille, minkä seurauksena tiedonkulku hermosolusta toiseen nopeutuu ja informaation prosessointi tehostuu (Hermanson & Sajaniemi, 2018). Etuotsalohkojen kypsymisen myötä suurimmat laadulliset muutokset toiminnanohjauksessa mahdollistuvat ja tapahtuvat nuoruusiässä. Nuoruus on aikaa, jolloin monimutkaisempi ja abstraktimpi ajattelu kehittyy ja lujittuu nopeaan tahtiin. Toiminnanohjauksen kehityksen onkin todettu seuraavan käänteistä U-kirjaimen muotoista käyrää yksilön elämänkaareissa (Mothes ym., 2014).

Nuoret kohtaavat elämässään tapahtuvien muutosten myötä myös enemmän sellaisia tilanteita arjessaan, joissa toiminnanohjauksen sujuvuus nousee keskeiseen asemaan. Nuoret hakevat omaa identiteettiään ja arvojaan rakentaessaan uusia kokemuksia ja ärsykeitä. Nuorten pitäisi pystyä aiempaa tehokkaammin kontrolloimaan omia ajatuksiaan ja toimintaansa siten, että ne ovat heidän tavoitteidensa mukaisia (Crone, 2009). Itsenäistymisen myötä nuoret joutuvat myös tekemään yhä enemmän itsenäisiä päätöksiä ja luottamaan omiin ongelmanratkaisukykyihinsä hankalissa tilanteissa (Mothes ym., 2014). Tämä mahdollistaa vaativampien toiminnanohjaustaitojen harjoittelun ja edelleen asteittaisen hankinnan. Toisaalta näissä lisääntyneiden vaatimusten tilanteissa toiminnanohjauksen puutteet tulevat herkemmin esille kuin aiemmin elämässä ja niillä voi olla merkittävämpiä seurauksia yksilön terveyden ja mielenterveyden kannalta. Heikkojen toiminnanohjaustaitojen on esimerkiksi todettu lisäävän nuoruusiässä riskiä sellaiseen toimintaan, joka johtaa todennäköisemmin haitalliseen elämäntyyliin (Moffitt ym., 2011). Edellä mainituista syistä juuri nuoruusiän on ajateltu olevan sellainen ajanjakso, jolloin aiempien kokemusten ja kasvuympäristön vaikutukset saattavat ilmetä toiminnanohjauksessa (Mothes ym., 2014; Lee & Hoaken, 2007).

1.3. Kiintymyssuhteen vaikutus toiminnanohjaukseen

Kiintymyssuhteen vaikutusta tunne-elämän ja sosiaalisten taitojen kehitykseen on tutkittu hyvin paljon jo useita vuosikymmeniä. Vähemmän on tutkittu kiintymyssuhteen vaikutusta yksilön kognitiiviseen kehitykseen, kuten toiminnanohjaukseen (O'Connor & McCartney, 2007). On kuitenkin saatu tutkimustuloksia, jotka ovat osoittaneet kiintymyssuhteen laadun olevan yhteydessä toiminnanohjaustaitoihin. Esimerkiksi Bernierin ja kollegoiden (2015) tutkimuksessa saatiin tulos, jonka mukaan esikouluikäiset lapset, jotka olivat turvallisesti kiintyneitä äitiinsä, suoriutuivat paremmin työmuistia, inhibitiokykyä, valikoivaa tarkkaavaisuutta sekä suunnittelukykyä mittaavissa tehtävissä verrattuna turvattomasti kiintyneisiin lapsiin. Lisäksi opettajat raportoivat

toiminnanohjaustaitoja mittaavassa kyselyssä turvallisesti kiintyneillä lapsilla vähemmän toiminnanohjauksen ongelmia päivittäisissä toiminnoissa. Kiintymyssuhteen vaikutus toiminnanohjauksen kehitykseen ja sujuvuuteen voi tapahtua useampien eri asioiden seurauksena.

Toiminnanohjauksen kannalta keskeisten aivoalueiden, eli etuotsalohkojen pitkään jatkuva kypsyminen jättää merkittävän roolin kokemuksille ja kasvuympäristölle etuotsalohkojen kehityksen ja edelleen niihin liittyvien taitojen muokkaajana (Kolb ym., 2012). Yhä enenevissä määrin uskotaan, että varhaisilla kokemuksilla ja kasvuympäristöllä on suora vaikutus aivojen kehitykseen (Bernier, Carlson & Whipple, 2010). Vanhemman ja lapsen välistä suhdetta on yleisesti pidetty varhaisen kasvuympäristön merkittävimpänä ja kestävimpänä yksilön kehitykseen vaikuttavana tekijänä. Kokemukset määrittelevät sen, mitkä synaptiset yhteydet aivoissa vahvistuvat ja mitkä yhteydet taas karsiutuvat pois niiden vähäisen käytön ja epäaktiivisuuden myötä (Bernier ym., 2015).

Kiintymyssuhde voi vaikuttaa toiminnanohjauksen kehitykseen myös mielensisäisten työskentelymallien kautta. Turvallinen kiintymyssuhde ja siihen liittyvät positiiviset käsitykset itsestä luovat perustan ympäristön tutkimiselle ja edelleen uuden oppimiselle. Käsitykset itsestä arvostettavana ja pystyvänä sekä ympäröivästä maailmasta hallittavana, saavat todennäköisemmin lähestymään erilaisia hankaliakin tilanteita rohkeasti ja ennakkoluulottomasti (Heylen ym., 2017). Tämä tarjoaa edelleen mahdollisuuksia harjoittaa varhaisaikuisuuteen asti kehittyviä toiminnanohjaustaitoja (Heylen, De Raedt, Verbruggen, & Bosmans, 2019). Arslan, Arslan ja Ari (2012) saivat tutkimuksessaan tuloksen, jonka mukaan turvallisesti kiintyneet henkilöt lähestyivät harvemmin ongelmatilanteita kielteisellä asenteella kuin turvattomasti kiintyneet. Lisäksi he luottivat enemmän omiin päätöksentekokykyihinsä ja osasivat ottaa paremmin vaihtoehtoisia ratkaisuja huomioon ennen lopullisia päätöksiä.

Tunnekokemukset ja tunteidensäätely linkittyvät tiiviisti toiminnanohjaukseen. Tunneälykkyydellä tarkoitetaan yksilön kykyä tunnistaa ja arvioida omia tunteitaan, säädellä niitä ja lisäksi kykyä hyödyntää tunnepohjaista informaatiota ajattelussa ja toiminnassa (Petrides & Furnham, 2000). Altaras Dimitrijević, Marjanović ja Dimitrijević (2018) saivat tutkimuksessaan tuloksen, jonka mukaan turvallinen kiintymyssuhde oli yhteydessä parempaan tunneälykkyyteen ja lisäksi kiintymyssuhde selitti sitä paremmin kuin yksilön älykkyys tai persoonallisuus. Turvallisesti kiintyneiden henkilöiden on todettu olevan avoimempia ja joustavampia kiintymyssuhteita koskevaa informaatiota kohtaan (Shaver & Mikulincer, 2002). Heidän ei tarvitse sulkea pois mielestään kipeitä ajatuksia tai muistoja, jolloin he pystyvät ottamaan avoimesti vastaan kaiken ympäristön informaation. Tämä lisää kiintymykseen liittyvien tunnekokemusten ymmärtämistä ja mahdollistaa tunnepohjaisen tiedon käyttämisen esimerkiksi suunnittelun ja päätöksenteon tukena. Turvalliselle

kiintymystyylille tyypillinen järjen ja emootioiden tasapaino mahdollistaa yksilön tavoitteiden kannalta tehokkaan toiminnan.

Välttelevälle kiintymystyylille on tyypillistä, että tilanteiden tulkinnassa ja oman toiminnan ohjaamisessa turvaudutaan kognitiiviseen tiedonkäsittelyyn ja järkeen tunnepohjaisen tiedon kustannuksella. Kiintymyssuhteisiin liittyvät tunteet, ajatukset ja informaatio pyritään deaktivaatiostrategian mukaisesti tukahduttamaan ja tarkkaavuus siirtämään nopeasti pois ärsykkeistä, joihin liittyy kiintymysteemoja (Kirsh & Cassidy, 1997). Välttelevästi kiintyneille henkilöille on myös todettu olevan hankalaa palauttaa mieleen kiintymyssuhteisiin liittyviä asioita ja tapahtumia (Edelstein ym., 2005). Gillath, Giesbrecht ja Shaver (2009) saivat tutkimuksessaan tuloksen, jonka mukaan välttelevästi kiintyneet henkilöt olivat parempia säätelemään tarkkaavuuttaan kuin muut, ja näin oli myös sellaisissa tilanteissa, joihin ei liittynyt kiintymysteemoja. Kuitenkin tutkimuksessa havaittiin, että välttelevästi kiintyneiden suoriutuminen ei ollut muita parempaa enää siinä vaiheessa, kun heidän käskettiin muistella jotain kiintymykseen ja turvattomuuteen liittyvää muistoa tai kokemusta. Lisäksi on todettu, että välttelevästi kiintyneiden kyky jättää kiintymykseen liittyvää informaatiota huomiotta ja tukahduttaa siihen liittyviä ajatuksia katoaa, kun tilanteessa on muutenkin kognitiivista kuormitusta (Mikulincer ym., 2003). Tämän ajatellaan johtuvan siitä, että tarkkaavuuden kontrollointi sekä ajatusten ja tunteiden tukahduttaminen vaativat kognitiivista resurssia siitä huolimatta, että välttelevien ihmisten voidaan olettaa harjoittaneen tällaista pettymyksiltä suojaavaa kontrollointia useiden vuosien ajan (Gillath ym., 2009). Lisäksi taustalla olevat kiintymystarpeet eivät katoa, ja niihin suuntautunut kontrolli vaatii jatkuvaa kognitiivista ponnistelua.

Ahdistuneelle kiintymystyylille on tyypillistä, että tietoa käsitellään ja omaa toimintaa ohjataan tunnepohjaisesta informaatiosta ja tunnekokemuksista käsin ja tilanteita on vaikea hahmottaa kognitiivisesti järjen kautta. Ahdistuneesti kiintyneiden henkilöiden on todettu havaitsevan muita herkemmin ympäristöstä kiintymykseen liittyviä ärsykeitä ja informaatiota (Mikulincer ym., 2003). Heidän tarkkaavuutensa kiinnittyy automaattisesti näihin ja heille on hankalaa siirtää sitä tahdonalaisesti muualle. Ahdistuneesti kiintyneillä on myös vaikeuksia päästä eroon omista kielteisistä ajatuksistaan ja muistoistaan ja he jäävät helposti vatvomaan niitä. Kun tarkkaavuus ja ajatukset ajautuvat kiintymykseen liittyviin asioihin, yksilön kapasiteetti suunnata tarkkaavuuttaan ja tavoitteiden kannalta keskeisten asioiden havaitsemiseen ja tarkasteluun kaventuu (Mikulincer ym., 2003).

Kiintymyssuhteen laadun yhteyttä toiminnanohjaukseen nuoruusiässä on tutkittu tähän mennessä hyvin vähän siitä huolimatta, että nuoruusiän on todettu olevan keskeistä aikaa niin kiintymyssuhteiden kuin toiminnanohjaustaitojen kehityksen kannalta. Gambinin ja kollegoiden

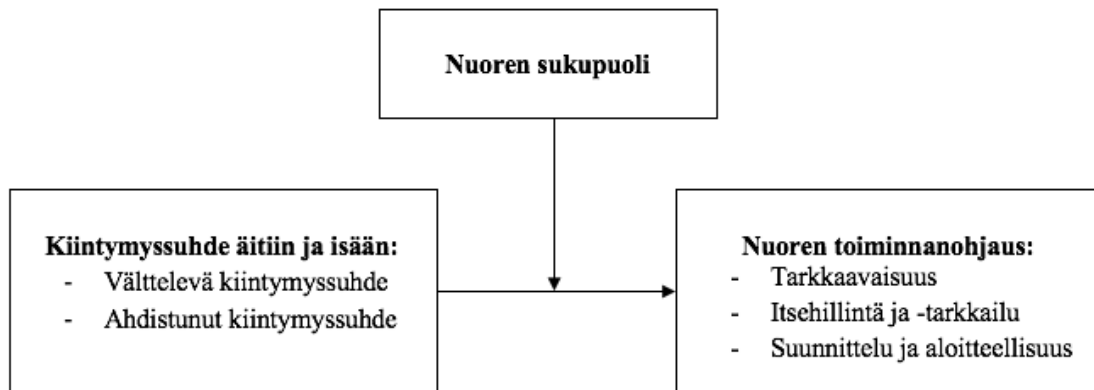
(2018) tutkimuksessa kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välistä yhteyttä selvitettiin siten, että sekä vanhemman että nuoren sukupuoli otettiin huomioon. Otos koostui nuorista 12–17 -vuotiaista psykiatrisessa sairaalahoidossa olevista nuorista. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että turvaton, ja erityisesti ristiriitainen kiintymyssuhde isään (muttei äitiin) lisäsi tytöillä toiminnanohjauksen ongelmia. Sen sijaan turvattomasti kiintyneet pojat eivät eronneet toiminnanohjaustaidoiltaan niistä pojista, joilla oli turvallinen kiintymyssuhde. Tulos antaa viitteitä siitä, että kiintymyssuhteen laadulla äitiin ja isään voi olla erilaisia vaikutuksia nuoren toiminnanohjaukseen. Lisäksi nuoren sukupuolella voi olla merkitystä kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen väliseen yhteyteen. Tutkimustietoa aiheesta tarvitaan kuitenkin lisää täsmentämään näitä äidin ja isän yksilöllisiä vaikutuksia nuorten tyttöjen ja poikien kehitykseen.

1.4. Tutkimusasetelma ja tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen tavoitteena on tarkastella kiintymyssuhteen laadun yhteyttä toiminnanohjaukseen nuoruusiässä siten, että nuoren kiintymyssuhde äitiin ja isään otetaan erikseen huomioon. Lisäksi tavoitteena on selvittää, vaikuttaako nuoren sukupuoli kiintymyssuhteen laadun ja toiminnanohjauksen väliseen yhteyteen.

Aiempi tutkimus kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välisestä yhteydestä nuoruusiässä on hyvin vähäistä ja tietääkseni vain yhdessä tutkimuksessa on aiemmin otettu huomioon sekä vanhemman että nuoren sukupuoli. Lisäksi sellaista tutkimusta kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välisestä yhteydestä ei ole juurikaan tehty, jossa turvattoman kiintymyssuhteen osalta välttelevän ja ahdistuneen kiintymyssuhteen vaikutuksia olisi tarkasteltu erikseen. Tästä syystä en aseta tutkimuksessani hypoteeseja. Tutkimusasetelmaa on havainnollistettu kuviossa 1. Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Onko kiintymyssuhteen laatu äitiin ja isään yhteydessä nuoren toiminnanohjaukseen, kuten tarkkaavaisuuteen, itsehillintään ja -kontrolliin sekä suunnitteluun ja aloitteellisuuteen?
2. Vaikuttaako nuoren sukupuoli kiintymyssuhteen laadun ja toiminnanohjauksen väliseen yhteyteen?



KUVIO 1: Tutkimusasetelma.

2. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

2.1. Osallistujat ja aineiston keruu

Tutkimukseen osallistui yhteensä 439 nuorta, jotka olivat iältään 17–18-vuotiaita. Tutkimuksen aineisto on kerätty osana Tampereen yliopiston monitieteellistä Kehityksen Ihmeet (KEHI) pitkittäistutkimusprojektia. Pitkittäistutkimus on aloitettu vuonna 1999, jolloin nuorten perheet on rekrytoitu mukaan heidän tullessaan ultraäänitutkimuksiin. Tutkimuksen alkuhetkellä perheet ovat odottaneet lasta raskauden toisella kolmanneksella. Perheet ovat osallistuneet sen jälkeen tutkimukseen kaksi kertaa lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana, kaksi kertaa keskilapsuudessa ja viimeksi nuoruusiässä. Tässä tutkimuksessa tarkastelussa on vain nuoruusiässä kerätty aineisto. Yhteydenotto tutkittaviin tapahtui kirjeitse. Kirje sisälsi tiedotteen tutkimuksesta ja suostumuslomakkeen. Nuoria pyydettiin palauttamaan maksetussa vastauskirjeessä allekirjoitettu suostumus ja sitten vastaamaan sähköiseen kyselylomakkeeseen omalla tunnuksella. Lomake sisälsi erilaisia kysymyksiä liittyen taustatietoihin, hyvinvointiin, ihmissuhteisiin ja terveyteen.

2.2. Mittarit ja muuttujat

Kiintymyssuhde. Nuorten kiintymyssuhteiden laatua suhteessa äitiin ja isään mitattiin The Experiences in Close Relationships—Relationship Structures (ECR-RS) –kyselyllä (Fraley ym., 2011). ECR-RS-kyselyllä mitataan nuoren välttelevää ja ahdistunutta kiintymyssuhdetta äitiin ja isään. Kiintymyssuhteen laatua kumpaankin vanhempaan mitattiin yhteensä yhdeksällä väittämällä, joista kuudella arvioitiin välttelevää kiintymyssuhdetta ja kolmella ahdistunutta kiintymyssuhdetta. Välttelevään ja ahdistuneeseen kiintymyssuhteeseen liittyvät yksittäiset väittämät on esitetty taulukossa 1. Tutkittavaa pyydettiin vastaamaan asteikolla 1–7 (1 = ”Vahvasti eri mieltä”, 7 = ”Vahvasti samaa mieltä”), missä määrin hän on samaa mieltä kunkin väittämän kanssa.

Tilastollisia analyyseja varten muodostettiin yhteensä 4 summamuuttujaa. Välttelevä kiintymyssuhde äitiin summamuuttuja sisälsi kuusi väittämää ($\alpha = .90$) ja ahdistunut kiintymyssuhde äitiin summamuuttuja kolme väittämää ($\alpha = .88$). Myös isään liittyvistä kiintymyssuhde väittämistä muodostettiin samanlaiset summamuuttuja. Välttelevä kiintymyssuhde isään summamuuttuja sisälsi kuusi väittämää ($\alpha = .90$) ja ahdistunut kiintymyssuhde isään summamuuttuja kolme väittämää ($\alpha = .89$). Välttelevää kiintymyssuhdetta mittaavissa väittämissä kokonaispistemäärä vaihteli 6 ja 42 välillä ja ahdistunutta kiintymyssuhdetta mittaavissa väittämissä 3 ja 21 välillä. Mitä suuremman arvon summamuuttuja sai, sitä välttelevämpi tai ahdistuneempi tutkittavan kiintymyssuhteen voitiin ajatella olevan.

TAULUKKO 1: Experiences in Close Relationships—Relationship Structures (ECR-RS) – kyselyn väittämät.

	Väittämät
Välttelevä kiintymyssuhde	<p>1. Kun tarvitsen apua, tämän henkilön puoleen kääntyminen auttaa.k</p> <p>2. Keskustelen yleensä ongelmistani ja huolistani tämän henkilön kanssa.k</p> <p>3. Keskustelen ja käsittelen asioitani tämän henkilön kanssa.k</p> <p>4. Minun on helppo luottaa tähän henkilöön.k</p> <p>5. En tunne oloani mukavaksi avautuessani tälle henkilölle</p> <p>6. En mielelläni näytä tälle henkilölle, miltä minusta pohjimmiltani tuntuu.</p>
Ahdistunut kiintymyssuhde	<p>7. Olen usein huolissani, että tämä henkilö ei oikeasti välitä minusta.</p> <p>8. Pelkään, että tämä henkilö saattaa hylätä minut.</p> <p>9. Olen huolissani, että tämä henkilö ei välitä minusta yhtä paljon kuin minä välitän hänestä</p>

k = Muuttuja käänteisesti skoorattu summamuuttujaa varten

Toiminnanohjaus. Nuorten toiminnanohjausta mitattiin The Amsterdam Executive Function (AEFI) –kyselyyn pohjautuvalla kyselyllä (Van der Elst ym., 2012). Kysely sisältää yhteensä 13 itsearviointi väittämää, jotka mittaavat kolmea toiminnanohjauksen osa-aluetta päivittäisissä toiminnoissa kutakin 3–5 väittämän avulla. Väittämät on koottu taulukkoon 2. Kyselyssä mitattavat toiminnanohjauksen osa-alueet ovat tarkkaavaisuus, itsehillintä ja -tarkkailu sekä suunnittelu ja aloitteellisuus. Tutkittavaa pyydettiin vastaamaan asteikolla 1–3 (1 = ”Ei totta”, 2 = ”Osittain totta”, 3 = ”Totta”), missä määrin väittämä vastaa nuoren toimintatapaa.

Tilastollisia analyyseja varten kaikista 13 väittämästä muodostettiin summamuuttuja mittaamaan toiminnanohjauksen sujuvuutta ($\alpha = .74$). Kokonaispistemäärä vaihteli 13 ja 39 välillä. Mitä suuremman arvon summamuuttuja sai, sitä sujuvampaa hänen toiminnanohjauksensa voitiin ajatella olevan.

TAULUKKO 2: The Amsterdam Executive Function (AEFI) –kyselyyn pohjautuvan kyselyn väittämät.

	Väittämät
Tarkkaavaisuus	<p>1. En pysty keskittymään samaan aiheeseen pitkää aikaa. k</p> <p>4. Tarkkaavaisuuteni häiriintyy helposti. k</p> <p>6. Ajatukseni harhailevat helposti. k</p>
Itsehillintä ja -tarkkailu	<p>5. Reagoin usein liian nopeasti. Esimerkiksi teen tai sanon jotain ennen kuin on minun vuoroni. k</p> <p>7. Minun on hankala istua aloillani. k</p> <p>10. Asioiden muistaminen vaatii minulta paljon ponnisteluja. k</p> <p>11. Unohdan usein, mitä olen tehnyt eilen. k</p> <p>12. Kadotan usein asioita. k</p>
Suunnittelu ja aloitteellisuus	<p>2. Osaan tehdä nopeita päätöksiä (esim. töissä tai oppitunnilla).</p> <p>3. Olen järjestelmällinen. Esimerkiksi olen hyvä suunnittelemaan, mitä minun pitää tehdä päivän aikana.</p> <p>8. Minun on helppo keksiä vaihtoehtoinen ratkaisu, jos jumiutun ongelmaa ratkaistaessa.</p> <p>9. Olen täynnä uusia ideoita.</p> <p>13. Olen utelias, haluan tietää kuinka asiat toimivat.</p>

k = Muuttuja käänteisesti skoorattu summamuuttujaa varten.

2.3. Aineiston analysointi

Kaikki tilastolliset analyysit suoritettiin IBM SPSS 23 -ohjelmalla (Statistical Package for the Social Sciences). Aineiston analysointi aloitettiin puuttuvien arvojen tarkastelulla ja käsittelyllä. Toiminnanohjausta ja kiintymyssuhteita koskevien muuttujien osalta puuttuvien arvojen määrä vaihteli yhden ja seitsemän välillä. Puuttuville arvoille päädyttiin tekemään keskiarvokorjaukset, eli ne korvattiin kunkin muuttujan muiden vastausten keskiarvoilla. Tämän jälkeen muodostettiin summamuuttujat. Muodostettujen summamuuttujien normaalijakautuneisuutta tarkasteltiin Kolmogorov-Smirnov -testin avulla. Testauksen pohjalta todettiin, että toiminnanohjausta mittaava summamuuttuja ei ollut normaalisti jakautunut, eikä myöskään mikään

kiintymyssuhderepresentaatioiden välttelevyyttä ja ahdistuneisuutta mittaavista summamuuttujista (Kolmogorov-Smirnov $p < .05$). Summamuuttujien normaalijakautuneisuutta tarkasteltiin testauksen lisäksi histogrammien ja sirontakuvioiden avulla. Niiden perusteella muuttujien voitiin katsoa olevan likimain normaalisti jakautuneita. Tämän, sekä otoskoon suuruuden vuoksi tilastollisissa analyyseissä päädyttiin normaalijakautuneisuus oletusten toteutumattomuudesta huolimatta käyttämään parametrisia menetelmiä. Vielä ennen varsinaisia testauksia nuoren sukupuolen moderoivan vaikutuksen analysointia varten muodostettiin interaktiomuuttujia siten, että sukupuoli kerrottiin vuorotellen kaikilla kiintymyssuhdemuuttujilla.

Tutkittavien henkilöiden taustatietoja tarkasteltiin muuttujien tunnuslukujen avulla. Myös varsinaisissa analyyseissä käytettävien muuttujien tunnuslukuja ja jakaumatietoja tarkasteltiin. Tutkittavien muuttujien välisten yhteyksien tarkasteluun käytettiin Pearsonin korrelaatiokertoimia. Keskiarvoeroja isään ja äitiin kohdistuneessa kiintymyssuhteen välttelevyydessä ja ahdistuneisuudessa tarkasteltiin riippuvien otosten t-testeillä. Lisäksi keskiarvoeroja tyttöjen ja poikien välillä tarkasteltiin tutkimusmuuttujien osalta riippumattomien otosten t-testeillä.

Varsinaista tutkimuskysymystä eli **kiintymyssuhteen laadun yhteyttä nuoren toiminnanohjaukseen** analysoitiin hierarkkisen lineaarisen regressiomallin avulla. Selitettävänä muuttujana oli nuoren toiminnanohjauksen summamuuttuja ja selittävinä muuttujina kiintymyssuhdesummamuuttujat. Ensimmäisellä askeleella regressiomalliin lisättiin taustamuuttujiksi nuoren sukupuoli ja mielenterveys. Mielenterveyden todettiin korrelaatiotarkastelujen perusteella olevan tilastollisesti merkitsevässä yhteydessä toiminnanohjaukseen, ja tästä syystä se valittiin kontrollimuuttujaksi. On todettu, että toiminnanohjaustaidot saattavat kehittyä eri tahtiin tytöillä ja pojilla (Crone, 2009). Lisäksi aiemmat tutkimustulokset ovat antaneet viitteitä siitä, että sukupuolella voisi olla vaikutusta siihen, millaisen kiintymyssuhteen nuori kumpaankin vanhempaansa muodostaa (Gambin ym., 2018). Siksi myös nuoren sukupuoli otettiin kontrollimuuttujaksi. Tutkimuksessa haluttiin tarkastella erikseen äitiin ja isään kohdistuvan kiintymyssuhteen vaikutusta nuoren toiminnanohjaukseen. Tästä syystä äitiin ja isään liittyvät kiintymyssuhdemuuttujat lisättiin regressiomalliin eri askeleilla. Toisella askeleella malliin lisättiin äitiin liittyvät kiintymyssuhdemuuttujat. Kolmannella askeleella malliin lisättiin isään liittyvät kiintymyssuhdemuuttujat. Regressioanalyysi tehtiin lopuksi vielä toisinpäin siten, että toisella askeleella lisättiin isään liittyvät kiintymyssuhdemuuttujat ja kolmannella askeleella lisättiin äitiin liittyvät kiintymyssuhdemuuttujat. Näin voitiin tarkastella, ovatko tulokset samanlaiset muuttujien lisäämisen järjestyksestä huolimatta. Koska tutkimuksessa haluttiin tarkastella myös **nuoren sukupuolen vaikutusta kiintymyssuhteen laadun ja toiminnanohjauksen väliseen**

yhteyteen, eli mahdollista moderoivaa yhteyttä, lisättiin malliin vielä neljännellä askeleella interaktiomuuttujat.

3. TULOKSET

3.1. Kuvailevat tulokset

Tutkittavien nuorten taustatietoja on havainnollistettu taulukossa 3. Osallistuneista nuorista tyttöjä oli 256, poikia 175, muu sukupuolisia 6 (yksi puuttuva tieto). Tilastolliset tarkastelut haluttiin toteuttaa vain tyttöjen ja poikien osalta, ja tästä syystä 7 nuorta jätettiin tutkimuksen ulkopuolelle. Lopullisiin analyysihin päätyi näin 431 nuorta. Suurin osa nuorista (89,8 %) opiskeli tutkimukseen osallistuessaan lukiossa tai ammattikoulussa. Yleisin asumismuoto oli kummankin vanhemman luona (68,2 %) ja toiseksi yleisintä oli pelkästään äidin kanssa asuminen (13,7 %). Tutkittavista vain 3,2 % asui pelkästään isän kanssa. Tutkimukseen osallistuneista nuorista 11,8 % raportoi kärsineensä nyt tai aiemmin mielenterveyden tai neuropsykiatrisesta häiriöstä.

TAULUKKO 3: Tutkimukseen osallistuneiden nuorten taustatiedot

	<i>n</i>	%
Sukupuoli (<i>n</i> = 431)		
Tyttö	256	59.4
Poika	175	40.6
Elämäntilanne (<i>n</i> =431)		
Opiskelee lukiossa tai ammattikoulussa	387	89.8
Töissä	16	3.7
Muu	28	6.5
Koulutus (<i>n</i> =430)		
Peruskoulu	383	88.9
Lukio	33	7.7
Ammattikoulu	10	2.3
Muu	4	0.9
Asumismuoto (<i>n</i> = 431)		
Molempien vanhempien luona	294	68.2
Äidin luona	59	13.7
Isän luona	14	3.2
Vuorotellen kummankin vanhemman luona	43	10.0
Yksin	12	2.8
Muu	9	2.1
Mielenterveyden tai neuropsykiatrinen häiriö (<i>n</i> =431)		
Kyllä	51	11.8
Ei	380	88.2

Toiminnanohjauksen ja kaikkien kiintymyssuhteita koskevien summamuuttujien tunnusluvut koko aineistossa sekä erikseen tytöillä ja pojilla on koottu Taulukkoon 4. Kun keskiarvoeroja äitiin ja isään kohdistuneessa kiintymyssuhteen välttelevyydessä tarkasteltiin riippuvien otosten t-testin avulla, voitiin todeta, että koko aineistossa välttelevää kiintymyssuhdetta isään raportoitiin enemmän kuin välttelevää kiintymyssuhdetta äitiin ($t(430) = -11,50$, $p < .001$). Myös ahdistunutta kiintymyssuhdetta raportoitiin koko aineistossa enemmän suhteessa isään kuin äitiin ($t(430) = -4,91$, $p < .001$). Kun tyttöjen ja poikien välisiä keskiarvoeroja kiintymyssuhteissa vertailtiin riippumattomien otosten t-testien avulla, voitiin todeta, että tytöt ja pojat erosivat tilastollisesti merkitsevästi vain välttelevässä kiintymyssuhteessa äitiä kohtaan. Testauksen perusteella todettiin, että pojat olivat välttelevämmin kiintyneitä äitiin kuin tytöt ($t(429) = 2,99$, $p < .01$). Välttelevässä kiintymyssuhteessa isään tai myöskään ahdistuneessa kiintymyssuhteessa äitiin ja isään ei havaittu eroja tyttöjen ja poikien välillä. Myös keskiarvoeroa toiminnanohjauksessa tarkasteltiin tyttöjen ja poikien välillä riippumattomien

otosten t-testin avulla. Testauksen perusteella tyttöjen ja poikien toiminnanohjauksessa ei voitu todeta tilastollisesti merkitsevää eroa ($t(429) = 0,45, p > .05$).

Tutkittavien muuttujien välisiä yhteyksiä tarkasteltiin Pearsonin korrelaatiokertoimien avulla (Taulukko 5). Toiminnanohjaus oli tilastollisesti merkitsevässä negatiivisessa yhteydessä kaikkien kiintymyssuhdemuuttujien kanssa. Tämän lisäksi kaikki kiintymyssuhdemuuttujat olivat tilastollisesti merkitsevässä positiivisessa yhteydessä muihin kiintymyssuhdemuuttujiin. Toleranssi- ja VIF-arvoja tarkasteltaessa muuttujien välillä ei kuitenkaan havaittu multikollineaarisuutta (kaikki toleranssit $> .10$ ja kaikki VIF-arvot $< 10,0$).

TAULUKKO 4: Tutkittavien muuttujien keskeiset tunnusluvut

	<i>n</i>	<i>ka</i>	<i>kh</i>	<i>vaihteluväli</i>
Toiminnanohjaus				
Kaikki	431	29,89	4,41	17–39
Tytöt	256	29,81	4,60	17–39
Pojat	175	30,00	4,15	17–39
Välttelevä kiintymyssuhde äitiin				
Kaikki	431	16,17	8,20	6–42
Tytöt	256	15,21	8,27	6–42
Pojat	175	17,57	7,92	6–42
Ahdistunut kiintymyssuhde äitiin				
Kaikki	431	4,25	2,80	3–21
Tytöt	256	4,20	2,73	3–21
Pojat	175	4,33	2,90	3–21
Välttelevä kiintymyssuhde isään				
Kaikki	431	20,68	8,97	6–42
Tytöt	256	20,94	9,51	6–42
Pojat	175	20,30	8,13	6–42
Ahdistunut kiintymyssuhde isään				
Kaikki	431	4,91	3,44	3–21
Tytöt	256	5,02	3,64	3–21
Pojat	175	4,75	3,14	3–21

TAULUKKO 5: Tutkittavien muuttujien väliset Pearsonin korrelaatiokertoimet

	1	2	3	4	5
1 Toiminnanohjaus	-				
2 Välttelevä kiintymyssuhde äitiin	-.189**	-			
3 Ahdistunut kiintymyssuhde äitiin	-.235**	.298**	-		
4 Välttelevä kiintymyssuhde isään	-.233**	.552**	.234**	-	
5 Ahdistunut kiintymyssuhde isään	-.222**	.187**	.616**	.499**	-

** $p < .01$

3.2. Kiintymyssuhteen laadun yhteys toiminnanohjaukseen nuoruusiässä

Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenä oli, ennustaako kiintymyssuhteen laatu toiminnanohjausta nuoruusiässä. Tätä yhteyttä tarkasteltiin erikseen äitiin ja isään kiintymisen laadun suhteen. Kysymystä selvitettiin hierarkkisen lineaarisen regressioanalyysin avulla, jonka tulokset on koottu taulukkoon 6. Ensimmäisellä askeleella mallissa oli mukana vain taustamuuttujat ($F(2, 428) = 18,32$, $p < .001$) ja ne selittivät 7,5 % nuoren toiminnanohjauksen sujuvuudesta. Toisella askeleella malliin lisättiin välttelevä ja ahdistunut kiintymyssuhde äitiin ja ne lisäsivät mallin selitysvoimaa tilastollisesti merkitsevästi ($\Delta R^2 = .049$, $p < .001$). Malli selitti 12,8 % nuoren toiminnanohjauksen sujuvuudesta ($F(4, 426) = 15,59$, $p < .001$). Sekä välttelevä että ahdistunut kiintymyssuhde äitiin olivat tässä mallissa tilastollisesti merkitseviä nuoren toiminnanohjauksen selittäjiä (välttelevä kiintymyssuhde äitiin $\beta = -.128$, $SE = .026$, $p = .008$, ahdistunut kiintymyssuhde äitiin $\beta = -.152$, $SE = .076$, $p = .002$).

Kolmannella askeleella malliin lisättiin välttelevä ja ahdistunut kiintymyssuhde isään, ja ne lisäsivät mallin selitysvoimaa tilastollisesti merkitsevästi ($\Delta R^2 = .016$, $p = .019$). Malli selitti 14,4 % nuoren toiminnanohjauksen sujuvuudesta ($F(6, 424) = 11,87$, $p < .001$). Äidin osalta tulokset osoittivat, että ahdistunut kiintymyssuhde oli tilastollisesti merkitsevä selittäjä ($\beta = -.121$, $SE = .097$, $p = .050$). Havaittiin, että ahdistunut kiintymyssuhde äitiin oli yhteydessä nuoren heikompaan toiminnanohjaukseen. Sen sijaan välttelevä kiintymyssuhde äitiin ei selittänyt tilastollisesti merkitsevästi nuoren toiminnanohjausta enää isän kiintymyssuhdemuuttujien lisäämisen jälkeen ($\beta = -.054$, $SE = .032$, $p = .356$). Isän osalta tulokset osoittivat, että välttelevä kiintymyssuhde oli

tilastollisesti merkitsevä selittäjä ($\beta = -.134$, $SE = .032$, $p = .039$). Havaittiin, että välttelevä kiintymyssuhde isään oli yhteydessä nuoren heikompaan toiminnanohjaukseen. Sen sijaan ahdistunut kiintymyssuhde isään ei selittänyt tilastollisesti merkitsevästi nuoren toiminnanohjausta ($\beta = -.054$, $SE = .032$, $p = .356$). Tulokset pysyivät samoina huolimatta siitä, lisättiinkö malliin ensin äitiin liittyvät kiintymyssuhdemuuttujat vai isään liittyvät kiintymyssuhdemuuttujat.

3.3. Nuoren sukupuolen vaikutus kiintymyssuhteen laadun ja toiminnanohjauksen väliseen yhteyteen

Toisena tutkimuksessa haluttiin lähteä selvittämään nuoren sukupuolen vaikutusta kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen väliseen yhteyteen. Tätä selvitettiin lisäämällä regressioanalyysiin neljännellä askeleella interaktiomuuttujat ($F(10, 420) = 7,36$, $p < .001$), jolloin pystyttiin tarkastelemaan nuoren sukupuolen mahdollista moderoivaa vaikutusta. Interaktiomuuttujien lisääminen malliin ei kuitenkaan lisännyt mallin selitysastetta tilastollisesti merkitsevästi ($\Delta R^2 = .005$, $p = .622$). Interaktiomuuttujat eivät myöskään olleet tilastollisesti merkitseviä toiminnanohjauksen selittäjiä (sukupuoli x välttelevä kiintymyssuhde äitiin $\beta = -.090$, $SE = .068$, $p = .548$, sukupuoli x ahdistunut kiintymyssuhde äitiin $\beta = .070$, $SE = .213$, $p = .623$, sukupuoli x välttelevä kiintymyssuhde isään $\beta = -.144$, $SE = .070$, $p = .471$, sukupuoli x ahdistunut kiintymyssuhde isään $\beta = .036$, $SE = .202$, $p = .832$). Havaittiin, että nuoren sukupuoli ei muuntanut kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välistä yhteyttä.

TAULUKKO 6: Hierarkkinen lineaarinen regressioanalyysi nuoren kiintymyssuhteiden yhteydestä toiminnanohjaukseen.

<i>Selittävä muuttuja</i>	<i>Malli 1</i> β	<i>Malli 2</i> β	<i>Malli 3</i> β	<i>Malli 4</i> β
Taustamuuttujat				
Sukupuoli ¹	.01	-.01	.00	.12
Nuoren mielenterveys ²	-.28***	-.24***	-.24***	-.24***
Kiintymyssuhde äitiin				
Välttelevä		-.13**	-.05	-.01
Ahdistunut		-.15**	-.12*	-.16
Kiintymyssuhde isään				
Välttelevä			-.13*	-.07
Ahdistunut			-.04	-.06
Interaktiomuuttujat				
Sukupuoli x välttelevä kiintymyssuhde äitiin				-.09
Sukupuoli x ahdistunut kiintymyssuhde äitiin				.07
Sukupuoli x välttelevä kiintymyssuhde isään				-.14
Sukupuoli x ahdistunut kiintymyssuhde isään				-.04
R^2	.08	.13	.14	.15
ΔR^2	.08	.05	.02	.01

Huom. β = standardoitu regressiokerroin, ΔR^2 = selitysasteen (R^2) muutos, kun askeleen kaikki muuttujat ovat mukana.

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

¹ 0 = poika, 1 = tyttö

² 0 = Nuorella ei ole nyt eikä ole ollut mielenterveyteen liittyvää häiriötä, 1 = Nuorella on nyt tai on ollut mielenterveyteen liittyvä häiriö.

4. POHDINTA

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, ennustaako kiintymyssuhteen laatu toiminnanohjausta nuoruusiässä. Halusin myös tietää, onko äitiin ja isään kohdistuva kiintymyssuhteen laatu erilailla yhteydessä nuoren toiminnanohjaukseen ja lisäksi vaikuttaako nuoren sukupuoli tähän yhteyteen. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että sekä äitiin että isään muodostettu kiintymyssuhde olivat tärkeitä

nuoren toiminnanohjauksen kannalta. Kiinnostavaa kyllä, äidin osalta vain nuoren ahdistunut kiintymyssuhde oli yhteydessä heikompaan toiminnanohjaukseen, kun taas isän osalta heikompaan toiminnanohjaukseen oli yhteydessä vain nuoren välttelevä kiintymyssuhde. Sen sijaan välttelevä kiintymyssuhde äitiin tai ahdistunut kiintymyssuhde isään eivät olleet yhteydessä nuoren toiminnanohjaukseen. Tulos tukee käsitystä siitä, että äidillä ja isällä on oma itsenäinen merkitys nuoren toiminnanohjauksen kehityksen kannalta. Lisäksi kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välistä yhteyttä selittävät mekanismit saattavat olla erilaiset äidin ja isän osalta. Nuoren sukupuolen osalta tutkimuksen tulokset osoittivat, että kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välinen yhteys oli samanlainen tytöillä ja pojilla.

4.1. Tutkimuksen päätulokset

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että äidin osalta kiintymyssuhteen ahdistuneisuus ja isän osalta kiintymyssuhteen välttelevyys olivat yhteydessä nuoren heikompaan toiminnanohjaukseen. Erilaista tulosta äidin ja isän osalta voi selittää vanhempien erilliset ja toisiaan täydentävät kiintymysroolit nuoren elämässä ja kehityksessä. Äitien on todettu toimivan useammin lapsen turvan lähteenä ja turvasatamana, kun taas isät toimivat enemmän ympäristön rohkeaa tutkimista aktivoivana vanhempana (Keizer ym., 2019). Todennäköistä siis onkin, että äidillä ja isällä on erilainen vaikutus nuoren kehittyvään toiminnanohjaukseen ja mahdollisesti vaikutus tapahtuu erilaisten asioiden välityksellä. Äidin osalta vaikutus toiminnanohjaukseen voi tapahtua turvallisuuden tunteen ja hoivan välityksellä, kun taas isän osalta ehkä juuri uusiin tilanteisiin rohkaiseminen ja jopa pieniin riskeihin kannustaminen saattavat edistää toiminnanohjauksen kehitystä. Sellainen äiti, johon nuori on muodostanut ahdistuneen kiintymyssuhteen voi olla vuorovaikutukseltaan epäjohdonmukainen ja tunkeileva. Nuoren voi olla erityisen hankalaa pitää tällaista epäjohdonmukaisesti saatavilla olevaa äitiä turvasatamana. Sen sijaan isän rooliin nuoren vanhemmuudessa ehkä jopa kuuluu olla hieman tunkeileva tai haastava sekä itsenäisyyteen kannustava. Sellaiset isät, joihin nuori on muodostanut välttelevän kiintymyssuhteen saattavat taas olla vetäytyviä ja torjuvia suhteessa nuoreen. Tällaisen isän kanssa sellainen positiivinen ja aktivoiva vuorovaikutus voi jäädä vähäiseksi, joka mahdollisesti edistäisi nuoren toiminnanohjaustaitojen kehittymistä.

Äiti on perinteisesti nähty lohduttajana ja emotionaalista tukea tarjoavana (Steinberg & Silk, 2002) ja onkin todettu, että äidin kanssa puhutaan enemmän tunteisiin liittyvistä asioista (Möller ym., 2016). Tällaiset tunteisiin liittyvät asiat liittyvät nuoruusiässä usein ensimmäisiin romanttisiin

suhteisiin sekä muihin kodin ulkopuolisiin sosiaalisiin suhteisiin. Siksi niihin saatetaan nuoruusiässä hakea emotionaalista tukea mieluummin vertaissuhteista kuin äidiltä. Lisäksi on ajateltu, että nuoruusiän itsenäistymisen kannalta on tärkeää, että äiti osaa sopivassa määrin päästää irti ja antaa tilaa (Bögels & Phares 2008). Voikin olla, että äitiin kohdistuvan kiintymyssuhteen välttelevyyden raportointi tämän tutkimuksen väittämissä (esimerkiksi ”kun tarvitsen apua, tämän henkilön puoleen kääntyminen auttaa” ja ”keskustelen yleensä ongelmistani ja huolestani tämän henkilön kanssa”) kuvastaa enemmän nuoruusiän normatiivista itsenäistymisen mukanaan tuomaa etäännyntymistä ja lisääntyvää vertaissuhteisiin tukeutumista, eikä siksi ole yhteydessä nuoren heikompaan toiminnanohjaukseen.

Isien sen sijaan on todettu tarjoavan useammin informatiivista ja aineellista tukea nuoren ongelmiin (Steinberg & Silk, 2002). Isän tarjoama tuki voi olla sellaista, jota nuori ei koe pystyvänsä saamaan vertaissuhteista. Siksi voi olla, että erityisesti välttelevyys isään ja kokemus siitä, ettei häneltä voi hakea tukea, voi aiheuttaa erityistä stressiä nuorelle ja olla siten yhteydessä heikompaan toiminnanohjaukseen. Lisäksi eräässä tutkimuksessa saatiin tulos, jonka mukaan nuoret olivat vähemmän huolissaan isien kuin äitien tai kavereiden tunteiden suojelusta ilmaistessaan kielteisiä tunteita (Zeman & Shipman, 1997). Nuoret saattavatkin ajatella, että isät kestävät paremmin heidän tunneilmaisujaan ja pystyvät siksi paremmin vastaanottamaan nuoren huolet. Myös tästä syystä erityisesti nuoren kokemus siitä, ettei hän voi avoimesti ilmaista tunteitaan ja tuen tarvettaan isälle, voi vaikuttaa kielteisesti nuoren kehittyviin säätelytoimintoihin.

Tulos siitä, että äidin osalta vain kiintymyssuhteen ahdistuneisuus oli yhteydessä heikompaan toiminnanohjaukseen voi osittain selittyä myös äidin merkityksellä optimaalisen tunne-elämän kehityksen kannalta. On todettu, että toiminnanohjaus linkittyy tiiviisti tunne-elämään ja tunteidensäätelyyn ja äideillä on havaittu olevan isää keskeisempi rooli nuoren tunne-elämän ja tehokkaan tunteidensäätelyn kehityksen kannalta (Klimes-Dougan ym., 2007). Voikin olla, että ahdistunut kiintymyssuhde häiritsee enemmän tunne-elämän kehitystä kuin välttelevä kiintymyssuhde. Ahdistuneesti kiintynyt henkilö alisäätelee tunteitaan ja pyrkii olemaan jatkuvasti turvasatamassa. Voikin olla, että ahdistunut kiintymyssuhde äitiin on johtanut nuoren heikompiin tunnetaitojen kehittymiseen, ja tätä kautta edelleen heikompaan toiminnanohjaukseen.

Myös nuoren erilaiset odotukset koskien äidin ja isän roolia saattavat osittain selittää tutkimuksen tuloksia. Hyvän äidin ajatellaan usein olevan lämmin, huolehtivainen ja hyväksyvä. Hyvän isän ajatellaan taas olevan aktivoiva, kannustava ja jopa toverillinen. Nuoruusiässä kognitiivisen kapasiteetin lisääntymisen ja abstraktin ajattelun kehittymisen myötä kriittinen aiempien tapahtumien ja ihmissuhteiden arviointi mahdollistuvat (Allen & Tan, 2016; Sinkkonen, 2018). Nuoret saattavatkin pyrkiessään itsenäistymiseen ja oman arvomaailman rakentamiseen miettiä

vanhempiensa toimintaa ja suhdettaan heihin ja verrata sitä mielikuvaan, joka heillä on ideaali äidistä tai isästä eli siitä millainen vanhemman kuuluisi olla. On todettu, että mikäli todellisuus eroaa toivotusta tai ihanteellisesta tilanteesta paljon, se aiheuttaa enemmän ahdistuneisuutta ja stressiä (Stanley & Burrow, 2015). Stressin taas on todettu olevan yhteydessä heikompaan toiminnanohjaukseen. Voikin siis olla, että ahdistuneesti kiintyneiden nuorten äidit eroavat ihanneäidistä enemmän kuin välttelevästi kiintyneiden nuorten äidit. Isillä taas tilanne voi olla päinvastainen ja välttelevästi kiintyneiden nuorten isät voivat erota enemmän nuorten käsityksestä ihanneisästä kuin ahdistuneesti kiintyneiden nuorten isät.

Tuloksia voidaan tarkastella myös perhesysteemi teorian pohjalta. Sen mukaan perhe on monimutkainen kokonaisuus, jossa kaikki perheenjäsenet vaikuttavat toistensa toimintaan ja vuorovaikutussuhteet sekä niiden vaikutukset lapsen kehitykseen ovat enemmän kuin osiensa summa (Belsky & Fearon, 2004). Yksi vanhemman ja lapsen vuorovaikutukseen ja edelleen kiintymyssuhteeseen vaikuttava tekijä on parisuhteen laatu. Erityisesti isien kohdalla nuoren muodostamaa turvallista kiintymyssuhdetta selittää puolisolta saatu tuki ja parisuhdetyytyväisyys (Horn, 2000). Sellainen äiti, johon nuori on muodostanut ahdistuneen kiintymyssuhteen, on usein impulsiivinen ja jopa tunkeileva sekä saatavilla olossaan epäjohdonmukainen. Samanlaiset piirteet voivat tulla esille parisuhteessa ja vaikuttaa näin ollen parisuhdetyytyväisyyteen ja sitä kautta isän vuorovaikutukseen nuoren kanssa. Voikin olla, että ahdistuneesti kiintyneen nuoren äiti vaikuttaa välttelevästi kiintyneen nuoren äitiä enemmän omalla toiminnallaan koko perheeseen ja siten vaikuttaa nuoren toiminnanohjaustaitoihin. Sen sijaan isä, johon nuorella on välttelevä kiintymyssuhde, voi olla vetäytyvä ja torjuva myös parisuhteessa, eikä ota ehkä niin paljoa vastuuta perheen asioista. Tässä tutkimuksessa välttelevää ja ahdistunutta kiintymyssuhdetta isään raporoitiin ylipäättään enemmän kuin välttelevää ja ahdistunutta kiintymyssuhdetta äitiin. Yli kymmenesosa (13,7 %) tutkimukseen osallistuneista nuorista ei asunut tutkimukseen osallistuessaan samassa paikassa isänsä kanssa ja voikin olla, että tämä heijastuu tutkimuksen tuloksissa ja erityisesti välttelevän ja ahdistuneen kiintymyssuhteen raportoinnissa. Sellaiset isät, jotka eivät asu samassa paikassa nuoren kanssa osallistuvat epäaktiivisemmin nuoren elämään. Tutkimukset osoittavatkin, että tällaiset nuoret raportoivat useammin turvatonta kiintymystä isäänsä (King & Sobolewski, 2006). Voikin olla, että isään kohdistuva kiintymyssuhteen välttelevyys kuvastaa tässä tutkimuksessa osittain nuorten suhdetta sellaisiin isiin, jotka eivät asu nuoren kanssa eivätkä näin ole saatavilla. Tämä voi vaikuttaa edelleen myös enemmän äitiin, joka ei saa päivittäistä tukea puolisoltaan nuoren kasvatukseen ja edelleen siksi enemmän nuoren toiminnanohjaukseen.

Tässä tutkimuksessa tulokset osoittivat, että nuoren sukupuoli ei vaikuttanut kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen väliseen yhteyteen. Tulos on ristiriidassa Gambinin ja kollegoiden (2018)

samankaltaisella asetelmalla toteutetun tutkimuksen tulosten kanssa. Siinä turvaton ja erityisesti ristiriitainen kiintymyssuhde isään lisäsi tytöillä toiminnanohjauksen ongelmia, kun taas turvattomasti isään tai äitiin kiintyneet pojat eivät eronneet toiminnanohjaustaidoissaan niistä pojista, jotka olivat turvallisesti kiintyneitä. Tämä kuten myös muutamat muut tutkimukset ovat viitanneet siihen, että tytöt saattaisivat olla herkempiä kiintymyssuhteen ongelmille kuin pojat. Tämän tutkimuksen tulos, jonka mukaan nuoren sukupuolella ei ollut vaikutusta kiintymyssuhteen saattaa selittyä muun muassa tutkimusotokseen tai käytettyihin muuttujiin liittyvien tekijöiden avulla. Gambinin ja kollegoiden (2018) tutkimuksessa otos oli kliininen. Voikin olla, että normaaliotoksessa yhteys kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välillä on erilainen, kuin sellaisilla nuorilla, joilla on psykiatrisia vaikeuksia. Voi myös olla, että erot kiintymyssuhteen vaikutuksessa tyttöjen ja poikien toiminnanohjaukseen ilmenevät toiminnanohjauksen eri osa-alueissa. On esimerkiksi saatu tutkimustulos, jonka mukaan varhaisella vuorovaikutuksella vanhempien kanssa on suurempi vaikutus poikien kuin tyttöjen inhibitiokontrollin kehittymiseen (Amicarelli, Kotelnikova, Smith, Kryski, & Hayden, 2018). Tässä tutkimuksessa toiminnanohjauksen sujuvuutta mitattiin eri toiminnanohjauksen osa-alueita mittaavista väittämistä muodostetun summamuuttujan avulla. Näin ollen kiintymyssuhteen vaikutuksia toiminnanohjauksen eri osa-alueisiin ei päästy tarkastelemaan.

4.2. Tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset

Tutkimuksen tuloksia tarkasteltaessa ja yleistettäessä on hyvä huomioida sen vahvuudet ja rajoitukset. Ensinnäkin tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää suurta otoskokoa ($n=431$), joka lisää tulosten luotettavuutta ja yleistettävyyttä. Tämän tutkimuksen ehdottomana vahvuutena voidaan pitää myös isän huomioon ottamista äidin lisäksi tarkasteltaessa kiintymyssuhteen yhteyttä nuoren toiminnanohjaukseen. Aiemmat tutkimustulokset ovat osoittaneet, että isällä on merkittävä vaikutus lapsen kehityksen ja hyvinvoinnin kannalta, mutta siitä huolimatta kiintymyssuhdetutkimuksen pääpaino on ollut äiti-lapsi-suhteessa (Silvén & Kouvo, 2010). Vanhempien sukupuolen lisäksi myös nuoren sukupuoli otettiin huomioon. Tietääkseni aiemmin vain yhdessä tutkimuksessa on tarkasteltu kiintymyssuhteen laadun yhteyttä toiminnanohjaukseen nuoruusiässä siten, että sekä vanhempien että nuoren sukupuoli on otettu tutkimusasetelmassa huomioon. Tämä tutkimus täsmentääkin vain vähän tutkittua tutkimuskenttää ja antaa siten uutta tietoa.

Tässä tutkimuksessa kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välistä yhteyttä tarkasteltiin normaalipopulaatiossa, jolloin tuloksia on luotettavampaa yleistää suomalaisiin nuoriin. Gambinin ja

kollegoiden (2018) samankaltaisella asetelmalla toteutetussa tutkimuksessa otos oli kerätty psykiatrisessa sairaanhoidossa olevista nuorista. Erilaisten mielenterveyden häiriöiden ja neuropsykiatristen häiriöiden on todettu olevan yhteydessä heikentyneeseen toiminnanohjaukseen (Diamond, 2005; van Velzen ym., 2014). Lisäksi on todettu, että normaaliväestöstä kerätyssä otoksessa kiintymyssuhteet raportoidaan turvallisemmiksi kuin kliinisessä otoksessa (Brown & Wright, 2003). Psyykkiset ilmiöt kuten kiintymyssuhteen laatu ja erilaiset kehitykselliset seuraukset voivatkin olla kliinisessä aineistoissa erilaiset kuin normaali aineistoissa. Tämän tutkimuksen tuloksia tarkasteltaessa olisi kuitenkin hyvä huomioda, että otoksen ei voida täysin katsoa edustavan suomalaista nuorisoa mielenterveyden ja neuropsykiatristen häiriöiden osalta. Tutkimukseen osallistuneista nuorista 11,8 % raportoi mielenterveyden tai neuropsykiatrisen häiriön, kun osuuden on arvioitu yleisesti nuorilla olevan 20-25% (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2018).

Nuoren toiminnanohjausta mitattiin tässä tutkimuksessa itsearviointimenetelmän avulla. AEFI-kyselyyn (Van der Elst ym., 2012) pohjautuvan kyselyn väittämät mittasivat toiminnanohjausta päivittäisissä toiminnoissa. Tutkimustulosten pohjalta on todettu, että itsearviointimenetelmien avulla pystytään luotettavammin arvioimaan yksilön toiminnanohjausta arkielämässä kuin toiminnanohjausta mittaavissa tehtävissä suoriutumisen avulla (Biederman ym., 2008). Suoriutumisen toiminnanohjausta mittaavissa tehtävissä on havaittu olevan voimakkaammin yhteydessä esimerkiksi älykkyyteen kuin arkisiin toiminnanohjaustaitoihin. Näin ollen tässä tutkimuksessa käytetty itsearviointimenetelmä voi antaa hyödyllisempää tietoa tosielämään yleistettävyyden ja edelleen erilaisten interventioiden kehittämisen kannalta.

Itsearviointimenetelmien käytöllä on kuitenkin myös kääntöpuolensa. Vastaaminen ei aina välttämättä takaa totuudenmukaista raportointia. Tämä voi johtua esimerkiksi taipumuksesta vastata sosiaalisesti suotavalla tavalla. Lisäksi kiintymyssuhteisiin liittyviin itsearviointiväittämiin vastaaminen voi heijastella kiintymystyyleille tyypillistä automaattista ja tiedostamatonta tapaa nähdä ihmissuhteet ja prosessoida niihin liittyvää informaatioita. Välttelevästi kiintyneille henkilöille tyypillistä on korostavaa omaa pärjäävyyttään (Mikulincer ym., 2004), mikä voi johtaa omien ongelmien aliraportointiin. Ahdistuneesti kiintyneet taas ovat korostuneen herkkiä havaitsemaan kiintymykseen ja hylkäämiseen liittyvää informaatiota (Mikulincer ym., 2003), mikä saattaa johtaa ongelmien liioitteluun ja ylipäätöksiin. Tulosten luotettavuuden lisäämiseksi voisikin olla hyödyllistä, että kiintymyssuhteen laatua arvioitaisiin itsearviointiin perustuvan kyselyn lisäksi esimerkiksi nuorta haastatteleamalla.

Tässä tutkimuksessa kiintymyssuhdetta tarkasteltiin dimensionaalista näkökulmasta. Kiintymyssuhteen laatua mitattiin kahden toisistaan erillisen ulottuvuuden, välttelevyyden ja ahdistuneisuuden avulla. Näiden turvattoman kiintymyssuhteen ulottuvuuksien on todettu

vaikuttavan eri tavoin yksilön ajatteluun ja toimintaan (Mikulincer ym., 2003). Tutkimuksen etuna voidaankin pitää sitä, että kiintymyssuhteen välttelevyyden ja ahdistuneisuuden yhteyttä toiminnanohjaukseen pystyttiin tarkastelemaan erikseen. Tässä tutkimuksessa ei kuitenkaan päästy tarkastelemaan, miten erityisen turvallinen kiintymyssuhde on yhteydessä toiminnanohjaukseen. Turvallista kiintymyssuhdetta tässä tutkimuksessa kuvasti ainoastaan tutkittavan sijoittuminen matalalle sekä välttelevyyden että ahdistuneisuuden ulottuvuudella.

Tutkimuksessa käytettiin poikkileikkausaineistoa, joten syy-seuraussuhteista ei voitu tehdä päätelmiä. Ei voida sanoa, ennustaako juuri kiintymyssuhteen laatu toiminnanohjausta vaan on myös mahdollista, että nuoren toiminnanohjaus ennustaa kiintymyssuhteen laatua. Sujuvan toiminnanohjauksen on todettu olevan yhteydessä tasapainoisempiin ihmissuhteisiin (lähde?). Nuoren heikompi toiminnanohjaus taas saattaa johtaa hankalampaan käyttäytymiseen, mikä voi edelleen saada vanhemmassa aikaa turhautumista ja stressiä. Tämä voi edelleen johtaa sellaiseen vanhemman toimintaan, joka aiheuttaa nuorella välttelevyyden ja ahdistuneisuuden kokemuksia.

4.3. Käytännön sovellukset ja jatkotutkimuksen tarve

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin kiintymyssuhteen yhteyttä toiminnanohjaukseen nuoruusiässä. Tutkimus tarjoaa lisätietoa nuoruusiän kiintymyssuhteista ja niiden vaikutuksesta kognitiiviseen kehitykseen. Lisäksi tutkimus tarjoaa uutta tietoa äitiin kohdistuvan kiintymyssuhteen ja isään kohdistuvan kiintymyssuhteen erilaisista yhteyksistä nuoren toiminnanohjaukseen. Koska kiintymyssuhteissa äitiin ja isään eri ulottuvuudet olivat yhteydessä nuoren heikompaan toiminnanohjaukseen, vahvistuu tutkimuksen tulosten myötä käsitys äidin ja isän yksilöllisestä vaikutuksesta nuoren kehitykseen. Näin ollen tutkimuksen tulos kannustaa ottamaan sekä äidit että isät huomioon nuoren kehitystä ja oppimista tuettaessa esimerkiksi koulujen tarjoamissa tukimuodoissa ja kliinisessä työskentelyssä.

Jotta nuoruusiän kiintymyssuhteiden vaikutusta toiminnanohjaukseen voitaisiin ymmärtää paremmin, tarvitaan jatkotutkimuksia tästä toistaiseksi vähän tutkitusta aiheesta. Erityisen vähän tutkimustietoa on kiintymyssuhteen yhteydestä toiminnanohjaukseen siten, että sekä vanhemman että nuoren sukupuoli oltaisiin otettu huomioon. Monet tutkimustulokset tämä mukaan lukien ovat kuitenkin vahvistaneet käsitystä äidin ja isän erilaisesta vaikutuksesta nuoren kehitykseen. Siksi myös jatkossa olisi hyvä ottaa äidin ja isän kiintymyssuhteen vaikutukset erikseen tarkasteluun nuoruusiän kehitystä tutkittaessa. Lisäksi on mahdollista, että äitiin ja isään kohdistuvan kiintymyssuhteen

vaikutus nuoren kehitykseen tapahtuu erilaisten asioiden välityksellä. Jatkossa olisikin hyvä tarkastella myös näitä nuoruusiän kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen yhteyttä välittäviä tekijöitä. Tässä tutkimuksessa yhteys kiintymyssuhteen ja toiminnanohjauksen välillä oli samanlainen tytöillä ja pojilla. Tutkimustulokset ovat kuitenkin olleet ristiriitaisia ja jatkotutkimusta olisi siksi hyvä kohdistaa myös tähän. Lisäksi voi olla, että kiintymyssuhteella on erilaisia vaikutuksia toiminnanohjauksen eri osa-alueisiin. Tässä tutkimuksessa niitä ei kuitenkaan päästy tarkastelemaan. Jatkotutkimusta voisikin olla hyödyllistä kohdistaa myös toiminnanohjauksen eri osa-alueisiin, kuten tarkkaavaisuuteen, itsehillintään ja kognitiiviseen joustavuuteen.

Toiminnanohjauksen on todettu nousevan nuoruusiässä erityisen keskeiseen asemaan yksilön hyvinvoinnin ja mielenterveyden kannalta (Biederman ym., 2008). Tämän ja aiempien tutkimusten tulosten myötä voidaan ajatella, että erityisesti turvattomasti kiintyneiden nuorten toiminnanohjaustaitojen tukeminen voisi vaikuttaa myönteisesti juuri nuoruusiän useisiin saman aikaisiin muutoksiin sopeutumiseen ja edelleen nuoren hyvinvointiin ja optimaaliseen kehitykseen. Toisaalta nuoruusikä on etuotsalohkojen nopean kehityksen myötä aikaa, jolloin suurimmat laadulliset muutokset toiminnanohjauksessa mahdollistuvat (Hermanson & Sajaniemi, 2018). Siksi nuoruusikä voikin olla juuri se ajanjakso, jolloin toiminnanohjaukseen pystytään parhaiten vaikuttamaan erilaisten interventioiden keinoin. Tämän ja myös muutamien aiempien tutkimusten tulokset tukevat ajatusta siitä, että nuoren toiminnanohjausta ja kognitiivista kehitystä tukevia interventioita voisi olla hyödyllistä kohdistaa kiintymyssuhteisiin ja niihin liittyviin mielensisäisiin työskentelymalleihin. Nuoruusiässä kehittyvä abstrakti ajattelu mahdollistaa aiempien kokemusten läpikäymisen sekä itseä ja muita ihmisiä koskevien käsitysten kriittisen arvioinnin ja tarvittaessa kyseenalaistamisen (Allen & Tan, 2016). Nuoruusiän voidaankin ajatella olevan sopiva ajanjakso myös kiintymyssuhteisiin liittyvien mielensisäisten työskentelymallien muuntamiseksi paremmin todellisuutta vastaaviksi ja hyvinvointia tukeviksi. Tämän tutkimuksen tulokset yhdessä jatkotutkimuksen kanssa mahdollistavat tehokkaiden ja toimivien interventioiden suunnittelun ja tarkemman kohdistamisen, jolloin niillä pystytään parhaalla mahdollisella tavalla tukemaan nuorten kehitystä ja hyvinvointia.

LÄHTEET

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Allen, J. P., Porter, M., McFarland, C., McElhaney, K. B., & Marsh, P. (2007). The relation of attachment security to adolescents paternal and peer relationships, depression, and externalizing behavior. *Child Development*, 78(4), 1222–1239.
- Allen J. P., & Tan J. S. (2016). The multiple facets of attachment in adolescence. Teoksessa J. Cassidy, P. R. Shaver (toim.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (s. 399–415). New York, NY: Guilford Press.
- Altaras Dimitrijević, A., Jolić Marjanović, Z., & Dimitrijević, A. (2018). A further step towards unpacking the variance in trait and ability emotional intelligence: The specific contribution of attachment quality. *Current Psychology*, 1–14.
- Alvarez, J. A., & Emory, E. (2006). Executive function and the frontal lobes: A meta-analytic review. *Neuropsychology Review*, 16(1), 17– 42.
- Amicarelli, A. R., Kotelnikova, Y., Smith, H. J., Kryski, K. R., & Hayden, E. P. (2018). Parenting differentially influences the development of boys' and girls' inhibitory control. *British Journal of Developmental Psychology*, 36(3), 371– 383.
- Anderson, S., Roggman, L. A., Innocenti, M. S., & Cook, G. A. (2013). Dads' parenting interactions with children: Checklist of observations linked to outcomes (PICCOLO-D): The PICCOLO-D. *Infant Mental Health Journal*, 34(4), 339– 351.
- Arslan, E., Arslan, C., & Ari, R. (2012). An investigation of interpersonal problem solving approaches with respect to attachment styles. *Kuram Ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, 12(1), 15–23.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244.
- Belsky, J., & Fearon, R. M. P. (2004). Exploring marriage-parenting typologies and their contextual antecedents and developmental sequelae. *Development and Psychopathology*, 16(3), 501– 523.
- Bernier, A., Beauchamp, M. H., Carlson, S. M., & Lalonde, G. (2015). A secure base from which to regulate: Attachment security in toddlerhood as a predictor of executive functioning at school entry. *Developmental Psychology*, 51(9), 1177– 1189.

- Bernier, A., Carlson, S. M., & Whipple, N. (2010). From external regulation to self-regulation: Early parenting precursors of young children's executive functioning. *Child Development, 81*(1), 326–339.
- Best, J. R., Miller, P. H., & Naglieri, J. A. (2011). Relations between executive function and academic achievement from ages 5 to 17 in a large, representative national sample. *Learning and Individual Differences, 21*(4), 327–336.
- Biederman, J., Petty, C. R., Fried, R., Black, S., Faneuil, A., Doyle, A. E., . . . Faraone, S. V. (2008). Discordance between psychometric testing and questionnaire-based definitions of executive function deficits in individuals with ADHD. *Journal of Attention Disorders, 12*(1), 92–102.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1, attachment*. London: Hogarth Press.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. Teoksessa J. A. Simpson & W. S. Rholes (toim.), *Attachment theory and close relationships* (s. 46–76). New York: Guilford Press.
- Brisch, K. H. (2011). *Treating attachment disorders: From theory to therapy* (2.th ed.). New York: Guilford.
- Brown, L. S., & Wright, J. (2001). Attachment theory in adolescence and its relevance to developmental psychopathology. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 8*(1), 15–32.
- Bögels, S., & Phares, V. (2008). Fathers' role in the etiology, prevention and treatment of child anxiety: A review and new model. *Clinical Psychology Review, 28*(4), 539–558.
- Cabrera, N. J., Fagan, J., Wight, V., & Schadler, C. (2011). Influence of mother, father, and child risk on parenting and Children's cognitive and social behaviors: Influence of mother, father, and child risk. *Child Development, 82*(6), 1985–2005.
- Crone, E. A. (2009). Executive functions in adolescence: Inferences from brain and behavior. *Developmental Science, 12*(6), 825–830.
- Diamond, A. (2005). Attention-deficit disorder (attention-deficit/ hyperactivity disorder without hyperactivity): A neurobiologically and behaviorally distinct disorder from attention-deficit/hyperactivity disorder (with hyperactivity). *Development and Psychopathology, 17*(3), 807–825.
- Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology, 64*(1), 135–168.
- Edelstein, R. S., Ghetti, S., Quas, J. A., Goodman, G. S., Alexander, K. W., Redlich, A. D., & Córdón, I. M. (2005). Individual differences in emotional memory: Adult attachment and long-term memory for child sexual abuse. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*(11), 1537–1548.

- Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M., & Brumbaugh, C. C. (2011). The experiences in close relationships-relationship structures questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment*, 23(3), 615–625.
- Freeman, H., & Brown, B. B. (2001). Primary attachment to parents and peers during adolescence: Differences by attachment style. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6), 653–674.
- Gambin, M., Wozniak-Prus, M., & Sharp, C. (2018). Executive functions and attachment to mother and father in inpatient female and male adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 1–18.
- Gillath, O., Giesbrecht, B., & Shaver, P. R. (2009). Attachment, attention, and cognitive control: Attachment style and performance on general attention tasks. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(4), 647–654.
- Grossmann, K., Grossmann, K. E., Kindler, H., & Zimmermann, P. (2008). A wider view of attachment and exploration: The influence of mothers and fathers on the development of psychological security from infancy to young adulthood. Teoksessa J. Cassidy & P. R. Shaver (toim.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (s. 857-879). New York: The Guilford Press.
- Hermanson, E., & Sajaniemi, N. (2018). Nuoruuden kehitys – mitä tapahtuu pinnan alla? [verkkójulkaisu]. Saatavilla <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/302360/duo14286.pdf?sequence=1>
- Heylen, J., Raedt, R. D., Verbruggen, F., & Bosmans, G. (2019). Attachment and self-regulation performance in preadolescence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(2), 706–716.
- Heylen, J., Vasey, M. W., Dujardin, A., Vandevivere, E., Braet, C., Raedt, R. D., & Bosmans, G. (2017). Attachment and Effortful Control: Relationships With Maladjustment in Early Adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 37(3), 289–315.
- Horn, W. F. (2000). Fathering infants. Teoksessa J. D. Osofsky & H. E. Fitzgerald (toim.), *WAIMH Handbook of infant mental health*. Parenting and child care (3. painos, s. 270–297). New York: Wiley.
- Keizer, R., Helmerhorst, K. O. W., & van Rijn-van Gelderen, L. (2019). Perceived quality of the Mother–Adolescent and Father–Adolescent attachment relationship and adolescents' self-esteem. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(6), 1203–1217.
- King, V., & Sobolewski, J. M. (2006). Nonresident fathers' contributions to adolescent well-being. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 537–557.
- Kirsh, S. J., & Cassidy, J. (1997). Preschoolers' attention to and memory for attachment-relevant information. *Child Development*, 68(6), 1143–1153.

- Klimes-Dougan, B., Brand, A. E., Zahn-Waxler, C., Usher, B., Hastings, P. D., Kendziora, K., & Garside, R. B. (2007). Parental emotion socialization in adolescence: Differences in sex, age and problem status. *Social Development, 16*(2), 326–342.
- Kobak, R. R., Cole, H. E., Ferenz-Gillies, R., Fleming, W. S., & Gamble, W. (1993). Attachment and emotion regulation during mother-teen problem solving: A control theory analysis. *Child Development, 64*(1), 231–245.
- Kolb, B., Mychasiuk, R., Muhammad, A., Li, Y., Frost, D. O., & Gibb, R. (2012). Experience and the developing prefrontal cortex. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, 109*(Supplement 2), 17186–17193.
- Kochanska, G., & Kim, S. (2013). Early attachment organization with both parents and future behavior problems: From infancy to middle childhood. *Child Development, 84*(1), 283–296.
- Lee, V., & Hoaken, P. N. S. (2007). Cognition, emotion, and neurobiological development: Mediating the relation between maltreatment and aggression. *Child Maltreatment, 12*, 281–298.
- Lieberman M., Doyle, A-B., & Markiewicz, D. (1999). Developmental patterns in security of attachment to mother and father in late childhood and early adolescence: Associations with peer relations. *Child Development, 70*(1), 202–213.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 50*(1–2), 66–104.
- McCormick, C. B., & Kennedy, J. H. (1994). Parent-child attachment working models and self-esteem in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 23*(1), 1–18.
- Mikulincer, M., Dolev, T., & Shaver, P. R. (2004). Attachment-related strategies during thought suppression: Ironical rebounds and vulnerable self-representations. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*(6), 940–956.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion, 27*(2), 77–102.
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., . . . Caspi, A. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 108*(7), 2693–2698.
- Mothes, L., Kristensen, C. H., Grassi-Oliveira, R., Fonseca, R. P., Lima Argimon, I. I., & Irigaray, T. Q. (2015). Childhood maltreatment and executive functions in adolescents. *Child and Adolescent Mental Health, 20*(1), 56–62.

- Mäntymaa, M., Luoma, I., Puura, K., & Tamminen, T. (2003). Tunteet, varhainen vuorovaikutus ja aivojen toiminnallinen kehitys. [verkkojulkaisu]. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Saatavilla <https://www.duodecimlehti.fi/duo93467>
- Möller, E. L., Nikolić, M., Majdandžić, M., & Bögels, S. M. (2016). Associations between maternal and paternal parenting behaviors, anxiety and its precursors in early childhood: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 45, 17–33.
- Nurmi, J., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L., & Ruoppila, I. (2014). Ihmisen psykologinen kehitys (5. painos). Jyväskylä: PS-Kustannus.
- O'Connor, E., & McCartney, K. (2007). Attachment and cognitive skills: An investigation of mediating mechanisms. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 28(5), 458–476.
- Pajulo, M. (2004). Vauvan tunnetila ja sen säätely – Äidin reflektiivinen kyky ja sen merkitys turvallisessa kiintymyssuhteessa. [verkkojulkaisu]. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. saatavilla <http://www.duodecimlehti.fi/lehti/2004/21/duo94604>
- Paquette, D., & Bigras, M. (2010). The Risky Situation: A procedure for assessing the father–child activation relationship. *Early Child Development and Care* 180(1–2), 33–50.
- Paquette, D., & Dumont, C. (2013). The father-child activation relationship, sex differences, and attachment disorganization in toddlerhood. *Child Development Research*, 2013, 1–9.
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29(2), 313–320.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133–161.
- Silvén, M. & Kouvo, A. 2010. Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykkinen hyvinvointi. Teoksessa Maarit Silvén (toim.) *Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen*. Saarijärvi: Minerva Kustannus Oy, 65–89.
- Sinkkonen, J. (2004). Kiintymyssuhdeteoria – tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. [verkkojulkaisu]. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Saatavilla <https://www.duodecimlehti.fi/duo94437>
- Sinkkonen, J. (2010). *Nuoruusikä*. Helsinki: WSOY.
- Sinkkonen, J., & Kalland, M. (2001). *Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen*. Helsinki: WSOY.
- Stafford, M., Kuh, D. L., Gale, C. R., Mishra, G., & Richards, M. (2016). Parent–child relationships and offspring’s positive mental wellbeing from adolescence to early older age. *Journal of Positive Psychology*, 11(3), 326–337.

- Stanley, M., & Burrow, A. L. (2015). The distance between selves: The influence of self-discrepancy on purpose in life. *Self and Identity*, 14(4), 441–452.
- Steinberg, L., & Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. Teoksessa M. H. Bornstein (toim.), *Handbook of parenting: Children and parenting* (s. 103–133). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2018). Nuorten mielenterveyshäiriöt. [Verkojulkaisu]. Saatavilla <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot>
- Van der Elst, W., Ouweland, C., van der Werf, G., Kuyper, H., Lee, N., & Jolles, J. (2012). The amsterdam executive function inventory (AEFI): Psychometric properties and demographically corrected normative data for adolescents aged between 15 and 18 years. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 34(2), 160–171.
- van Velzen, L. S., Vriend, C., de Wit, S. J., & van den Heuvel, O. A. (2014). Response inhibition and interference control in obsessive-compulsive spectrum disorders. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8(JUNE).
- Verhoeven, M., Bögels, S., M., & van der Bruggen, C., C. (2012). Unique roles of mothering and fathering in child anxiety; moderation by child's age and gender. *Journal of Child and Family Studies*, 21(2), 331–343.
- Wills, T. A., Walker, C., Mendoza, D., & Ainette, M. G. (2006). Behavioral and emotional self-control: Relations to substance use in samples of middle and high school students. *Psychology of Addictive Behaviors*, 20(3), 265–278.
- Zalla, T., Joyce, C., Szöke, A., Schürhoff, F., Pillon, B., Komano, O., . . . Leboyer, M. (2004). Executive dysfunctions as potential markers of familial vulnerability to bipolar disorder and schizophrenia. *Psychiatry Research*, 121(3), 207–217.
- Zeman, J., & Shipman, K. (1997). Social-contextual influences on expectancies for managing anger and sadness: The transition from middle childhood to adolescence. *Developmental Psychology*, 33(6), 917–924.
- Zorza, J. P., Marino, J., & Acosta Mesas, A. (2019). Predictive influence of executive functions, effortful control, empathy, and social behavior on the academic performance in early adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 39(2), 253–279.